叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 3 个章节

1. 来自美国国民的食谱(recipes From American National) 000001

2. 来自美国国民的食谱(recipes From American National) 000002

3. 来自美国国民的食谱(recipes From American National) 000003

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

来自美国国民的食谱(Recipes from American National)
第1/3页

['resəpɪz]
RECIPES
食谱

食谱

[frɒm; frəm]
from
从

从

[ə'merɪkən] ['næʃ(ə)nəl]
American **National**
美国人 国家的

美国国民

[wɪ'ðɪn] [ðə; ði] ['kʌvəz] [ɒv; əv] [ðɪs] [bʊk] [ɪz][ə; eɪ] [welθ] [ɒv; əv] ['wʌndəf(ə)l] , ['ɪntrəstɪŋ] ['resəpɪz] .
Within **the** **covers** **of** **this** **book** **is** **a** **wealth** **of** **wonderful** **,** **interesting** **recipes** **.**
之内 这 封面 的 这 书 是 一个 财富 的 精彩的 , 有趣的 食谱 .

这本书里包含了丰富精彩有趣的食谱。

['meni] [ɑː(r); ə(r)][ə'rɪdʒən(ə)l] , ['meni] [ɑː(r); ə(r)][eə(r)] - [luːm] ['piːsɪz] [ðæt] [hæv; həv] [biːn] ['hændɪd] [daʊn]
Many **are** **original** **,** **many** **are** **heir** **-** **loom** **pieces** **that** **have** **been** **handed** **down**
许多 是 原来的 , 许多 是 继承人 - 织布机 件 那 有 到过 递交 向下
[θruː] [ˌdʒenə'reɪʃnz] .
through **generations** **.**
通过 几代人 .

其中许多是原作，许多是代代相传的传家宝。

[ðiːz] ['resəpɪz] [ʃʊd; ʃəd] [help] [juː; jʊ] [tuː; tə] [prɪ'peə(r)] [ʌn'juːʒuəl] [ænd; ənd] [dɪ'lektəbl] ['dɪʃɪz] [tuː; tə]
These **recipes** **should** **help** **you** **to** **prepare** **unusual** **and** **delectable** **dishes** **to**
这些 食谱 应该 帮助 你 到 准备 异常 和 美味的 菜肴 到
[dɪ'laɪt] [iːtʃ] ['gʊəmeɪ] [ɪn][jɔː(r); jə(r)]['fæməli] . [wʌn]
delight **each** **gourmet** **in** **your** **family** **.** **1**
喜 每个 美食家 在 你的 家庭 . 1

这些食谱应该能帮助你烹制出别具一格、美味可口的菜肴，让你的家人中的每一位美食家都赞不绝口。

· [keɪks] · [paɪz] · ['aɪsɪŋ] · ['peɪstriz] ·
· **CAKES** · **PIES** · **ICINGS** · **PASTRIES** ·
· 蛋糕 · 馅饼 · 糖霜 · 糕点 ·

·蛋糕 ·馅饼 ·糖霜 ·糕点 ·

['ɒrɪndʒ] [nʌt] [keɪk]
ORANGE **NUT** **CAKE**
橙子 坚果 蛋糕

橙香坚果蛋糕

[wʌn] [kʌp] ['bʌtə(r)]
1 **cup** **butter**
1 杯子 黄油

杯黄油

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
½ **teaspoon** **salt**
½ 茶匙 盐

½茶匙盐

[ˌtuːˈtuː] [egz]
2 **eggs**
2 鸡蛋

2个鸡蛋

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] ['flaʊə(r)] ([ɔːl] ['pɜːpəs])
2 **cups** **flour** **(** **all** **purpose** **)**
2 杯子 面粉 (全部 目的)

杯面粉（通用面粉）

[wʌn] [kʌp] ['bʌtəmɪlk]
1 **cup** **buttermilk**
1 杯子 酪乳

1 杯酪乳

[wʌn] ['tiːspuːn] ['səʊdə]
1 **teaspoon** **soda**
1 茶匙 苏打

1茶匙苏打水

[wʌn] ['ɒrɪndʒ] ([skwiːz] [dʒuːs] , [rɪ'muːv] [pʌlp])
1 **orange** **(** **squeeze** **juice** **,** **remove** **pulp** **)**
1 橙子 (挤 汁 , 消除 纸浆)

个橙子（榨汁，去除果肉）

[wʌn] [kʌp] ['reɪzɪnz]
1 **cup** **raisins**
1 杯子 葡萄干

1 杯葡萄干

[wʌn] [kʌp] [pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz]
1 **cup** **pecans**
1 杯子 山核桃

杯山核桃

[kriːm] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] ['ʃʊgə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː] [egz] [wʌn] [æt; ət] [ə; eɪ] [taɪm] .
Cream **butter** **and** **sugar** **,** **add** **eggs** **1** **at** **a** **time** **.**
奶油 黄油 和 糖 , 添加 鸡蛋 1 在 一个 时间 .

将黄油和糖搅打至顺滑，然后一次加入一个鸡蛋。

[sɪft] ['flaʊə(r)] [ænd; ənd] [sɔːlt] [tə'geðə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː] ['səʊdə] [tuː; tə] ['bʌtəmɪlk] ,
Sift **flour** **and** **salt** **together** **,** **add** **soda** **to** **buttermilk** **,**
筛 面粉 和 盐 一起 , 添加 苏打 到 酪乳 ,

将面粉和盐一起过筛，将小苏打加入酪乳中，

[ˌeɪ diː 'diː] [tuː; tə] [kriːmd] ['mɪkstʃə(r)] [ɔːl'tɜːnətli] [wɪð] ['flaʊə(r)] [ænd; ənd] [nʌts] , ['reɪzɪnz] ,
add **to** **creamed** **mixture** **alternately** **with** **flour** **and** **nuts** **,** **raisins** **,**
添加 到 奶油 混合物 交替 和 面粉 和 坚果 , 葡萄干 ,

将面粉、坚果和葡萄干交替加入奶油混合物中，

['ɒrɪndʒ] ['piːlɪŋ] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] [pʊt] [θruː] [fuːd] ['tʃɒpə(r)] .
orange **peeling** **which** **has** **been** **put** **through** **food** **chopper** **.**
橙子 剥落 哪个 有 到过 放 通过 食物 直升机 .

用食物切碎机处理过的橙皮。

[beɪk] [ɪn] [eit] - [ɪntʃ] ['leɪə(r)] [pænz] [griːzd] [ænd; ənd] ['flaʊəd] [ɪn] - [dɪ'griːz] [ef] . ['ʌv(ə)n] , - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
Bake **in** **8** **-** **inch** **layer** **pans** **greased** **and** **floured** **in** **350** **degrees** **F** **.** **oven** **,** **25** **to** **30** **minutes** **.**
烤 在 8 - 英寸 层 平底锅 涂油 和 撒了面粉 在 - 学位 F . 烤箱 , - 到 - 分钟 .

在涂油撒粉的 8 英寸圆形烤盘中，于 350 华氏度的烤箱中烘烤 25 至 30 分钟。

['aɪsɪŋ]	['ɒrɪndʒ]	[nʌt]	[keɪk]
ICING	**ORANGE**	**NUT**	**CAKE**
糖霜	橙子	坚果	蛋糕

橙香坚果蛋糕

[ˌtuːˈtuː]	[kʌps]	['paʊdəd]	['ʃʊgə(r)]
2	**cups**	**powdered**	**sugar**
2	杯子	粉末状	糖

杯糖粉

[ˌtuːˈtuː]	['teɪbəlˌspuːnz]	['ɒrɪndʒ]	[dʒuːs]
2	**tablespoons**	**orange**	**juice**
2	汤匙	橙子	汁

2汤匙橙汁

[wʌn]	['teɪblspuːn]	['lemən]	[dʒuːs]
1	**tablespoon**	**lemon**	**juice**
1	汤匙	柠檬	汁

1汤匙柠檬汁

[θriː]	['teɪbəlˌspuːnz]	['bʌtə(r)]
3	**tablespoons**	**butter**
3	汤匙	黄油

3汤匙黄油

[kriːm]	['bʌtə(r)] ,	[ˌeɪ diː 'diː]	[smɔːl]	[ə'maʊnt]	['ʃʊgə(r)] ,
Cream	**butter**	**,**	**add**	**small**	**amount**	**sugar**	**,**
奶油	黄油	,	添加	小的	数量	糖	,

搅打黄油，加入少量糖，

[ˌeɪ diː 'diː]	['ɒrɪndʒ]	[ænd; ənd]	['lemən]	[dʒuːs]	[ɔːl'tɜːnətli]	[wɪð]	['ʃʊgə(r)]	[ʌn'tɪl]	['aɪsɪŋ]	[ɪz]	[wel]	['blendɪd]	.
add	**orange**	**and**	**lemon**	**juices**	**alternately**	**with**	**sugar**	**until**	**icing**	**is**	**well**	**blended**	**.**
添加	橙子	和	柠檬	果汁	交替	和	糖	直到	糖霜	是	出色地	混合	.

将橙汁和柠檬汁与糖交替加入，直到糖霜充分混合。

[ə; eɪ]	[paɪ]	[ðæt]	[ɪz]	['dɪfrənt]	—	[deɪt]	[nʌt]	['pʌdɪn]	-	-	[paɪ]
A	**PIE**	**THAT**	**IS**	**DIFFERENT**	**—**	**DATE**	**NUT**	**PUDDIN**	**'**	**-**	**PIE**
一个	馅饼	那	是	不同的	—	日期	坚果	布丁	-	-	馅饼

一款与众不同的派——枣泥坚果布丁派

[ˌtuːˈtuː]	[egz]
2	**eggs**
2	鸡蛋

2个鸡蛋

½	[kʌp]	[waɪt]	['ʃʊgə(r)]
½	**cup**	**white**	**sugar**
½	杯子	白色的	糖

半杯白糖

[wʌn]	['teɪblspuːn]	[ɪ'væpəreɪtɪd]	[mɪlk]
1	**tablespoon**	**evaporated**	**milk**
1	汤匙	蒸发	牛奶

1汤匙淡奶

[wʌn]	['teɪblspuːn]	['meltɪd]	[ˌmɑːdʒə'riːn]
1	**tablespoon**	**melted**	**margarine**
1	汤匙	融化	人造黄油

1汤匙融化的人造黄油

½	['tiːspuːn]	[və'nɪlə]
½	**teaspoon**	**vanilla**
½	茶匙	香草

½茶匙香草精

½ [kʌp] [waɪt] ['kɔːnmiːl]
½ cup white cornmeal
½ 杯子 白色的 玉米粉

半杯白玉米粉

[wʌn] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
1 teaspoon baking powder
1 茶匙 烘烤 粉末

1茶匙泡打粉

⅛ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
⅛ teaspoon salt
⅛ 茶匙 盐

⅛茶匙盐

¾ [kʌp] ([ɔː(r)][wʌn][sɪks] - [aʊns] ['pækɪdʒ]) [deɪts] [tʃɒpt]
¾ cup (or 1 six - ounce package) dates chopped
¾ 杯子 (或者 1 六 - 盎司 包裹) 日期 切碎

¾ 杯（或 1 包 6 盎司）切碎的枣

½ [kʌp] ['kɔːsli] [tʃɒpt] [nʌts]
½ cup coarsely chopped nuts
½ 杯子 粗略地 切碎 坚果

半杯粗切坚果

½ [kʌp] [nʌt] [hɑːvz]
½ cup nut halves
½ 杯子 坚果 一半

半杯坚果

[biːt] [egz] , [ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)] , [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [mɪlk] , [ˌmɑːdʒə'riːn] , [kɔːn] [miːl] , [sɔːlt] , ['beɪkɪŋ]
Beat eggs , add sugar , brown sugar , milk , margarine , corn meal , salt , baking
打 鸡蛋 , 添加 糖 , 棕色的 糖 , 牛奶 , 人造黄油 , 玉米 一顿饭 , 盐 , 烘烤
['paʊdə(r)] , [deɪts] , [nʌts] [ænd; ənd] [və'nɪlə] .
powder , dates , nuts and vanilla .
粉末 , 日期 , 坚果 和 香草 .

将鸡蛋打散，加入白砂糖、红糖、牛奶、人造黄油、玉米粉、盐、泡打粉、枣、坚果和香草精。

[mɪks] [wel] .
Mix well .
混合 出色地 .

充分搅拌。

[pɔː(r)]['ɪntuː][ə; eɪ][naɪn] - [ɪntʃ] [paɪ] [pleɪt] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] ['dʒenərəsli] [griːzd] [wɪð] [ˌmɑːdʒə'riːn]
Pour into a 9 - inch pie plate which has been generously greased with margarine
倒 进入 一个 9 - 英寸 馅饼 盘子 哪个 有 到过 慷慨地 涂油 和 人造黄油
[ænd; ənd] [dʌst] [wɪð] [kɔːn] [miːl] .
and dusted with corn meal .
和 掸去灰尘 和 玉米 一顿饭 .

将馅料倒入一个9英寸的馅饼盘中，馅饼盘需涂抹大量的人造黄油并撒上玉米粉。

[tɒp] [wɪð] [ðə; ði] [nʌt] [hɑːvz] .
Top with the nut halves .
顶部 和 这 坚果 一半 .

在上面放上半颗坚果。

[beɪk] [æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .
Bake at 350 degrees for 45 minutes .
烤 在 - 学位 为了 - 分钟 .

以 350 度烘烤 45 分钟。

[kuːl] [ɒn][ə; eɪ] [keɪk] [ræk] .
Cool on a cake rack .
凉爽的 在 一个 蛋糕 架子 .

放在蛋糕架上冷却。

['gɑːnɪʃ] [wɪð] [ə; eɪ]['sɜːk(ə)l][ɒv; əv] [wɪpt] [kriːm] ['fleɪvəd] [wɪð] ['ʃeri] [ɔː(r)]['ɑːmənd] ['fleɪvərɪŋ] .
Garnish with a circle of whipped cream flavored with sherry or almond flavoring .
装饰 和 一个 圆圈 的 鞭打 奶油 调味 和 雪利酒 或者 杏仁 调味 .

用一圈雪利酒味或杏仁味的鲜奶油装饰。

['sprɪŋk(ə)l] ['laɪtli] [wɪð] ['faɪnli] [tʃɒpt] [nʌts] , [ɪf] [juː; jʊ] [wɪʃ] .
Sprinkle lightly with finely chopped nuts , if you wish .
撒 轻轻 和 精细地 切碎 坚果 , 如果 你 希望 .

如果喜欢，可以撒上少许切碎的坚果。

[ðɪs] ['pʌdɪn] - - [paɪ] [meɪks] [ɪts] [əʊn] [krʌst] .
This Puddin ' - Pie makes its own crust .
这 布丁 - - 馅饼 制作 它是自己的 地壳 .

这款布丁派可以自己形成派皮。

['ænəˌbɛlz] [pruːn] [keɪk]
ANNABEL'S PRUNE CAKE
安娜贝尔的 修剪 蛋糕

安娜贝尔的西梅蛋糕

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
1 cup sugar
1 杯子 糖

杯糖

¾ [kʌp] ['bʌtə(r)] [ɔː(r)] ['ʃɔːtnɪŋ]
¾ cup butter or shortening
¾ 杯子 黄油 或者 缩短

¾ 杯黄油或起酥油

[θriː] [egz]
3 eggs
3 鸡蛋

3个鸡蛋

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['saʊə(r)] [kriːm]
3 tablespoons sour cream
3 汤匙 酸的 奶油

3汤匙酸奶油

⅛ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
⅛ teaspoon salt
⅛ 茶匙 盐

⅛茶匙盐

[wʌn] ['tiːspuːn] ['səʊdə]
1 teaspoon soda
1 茶匙 苏打

1茶匙苏打水

[wʌn] ['tiːspuːn] ['ɔːlspaɪs]
1 teaspoon allspice
1 茶匙 多香果

1茶匙五香粉

[ˌtuː'tuː] [kʌps] ['flaʊə(r)]
2 cups flour
2 杯子 面粉

2杯面粉

[wʌn] [kʌp] [kʊkt] [tʃɒpt] [pruːnz]
1 **cup** **cooked** **chopped** **prunes**
1 杯子 煮熟 切碎 西梅

杯煮熟切碎的西梅

[kriːm] ['ʃʊgə(r)] , ['ʃɔːtnɪŋ] [ænd; ənd] [egz] .
Cream **sugar** **,** **shortening** **and** **eggs** **.**
奶油 糖 , 缩短 和 鸡蛋 .

搅打糖、起酥油和鸡蛋。

[ˌeɪ diː 'diː]['saʊə(r)] [kriːm] .
Add **sour** **cream** **.**
添加 酸的 奶油 .

加入酸奶油。

[sɪft] [tə'geðə(r)] ['flaʊə(r)] , [sɔːlt] , ['səʊdə][ænd; ənd] ['ɔːlspaɪs] .
Sift **together** **flour** **,** **salt** **,** **soda** **and** **allspice** **.**
筛 一起 面粉 , 盐 , 苏打 和 多香果 .

将面粉、盐、小苏打和五香粉一起过筛。

[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə]['mɪkstʃə(r)] .
Add **to** **mixture** **.**
添加 到 混合物 .

加入混合物中。

[ˌeɪ diː 'diː] [pruːnz] [ænd; ənd][mɪks] ['θʌrəli] .
Add **prunes** **and** **mix** **thoroughly** **.**
添加 西梅 和 混合 彻底 .

加入西梅干并充分搅拌。

[beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (- [dɪ'griːz]) .
Bake **in** **moderate** **oven** **(** **350** **degrees** **)** **.**
烤 在 缓和 烤箱 (- 学位) .

在中等温度的烤箱（350度）中烘烤。

[aɪs] [wɪð] :
Ice **with** **:**
冰 和 :

冰块:

['saʊə(r)] [kriːm] [pruːn] ['fɪlɪŋ]
SOUR **CREAM** **PRUNE** **FILLING**
酸的 奶油 修剪 填充

酸奶油西梅馅

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
1 **cup** **sugar**
1 杯子 糖

杯糖

½ [kʌp] ['saʊə(r)] [kriːm]
½ **cup** **sour** **cream**
½ 杯子 酸的 奶油

半杯酸奶油

[ˌtuː'tuː] [egz]
2 **eggs**
2 鸡蛋

2个鸡蛋

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)]
2 **tablespoons** **butter**
2 汤匙 黄油

2汤匙黄油

[wʌn] ['tiːspuːn] [və'nɪlə]
1 **teaspoon** **vanilla**
1 茶匙 香草

1茶匙香草精

[pɪntʃ] [ɒv; əv][sɔːlt]
pinch **of** **salt**
捏 的 盐

一小撮盐

[wʌn] [kʌp] [kʊkt] [mæʃt] [pruːnz]
1 **cup** **cooked** **mashed** **prunes**
1 杯子 煮熟 捣碎 西梅

杯煮熟的西梅泥

½ [kʌp] [nʌt] [miːts]
½ **cup** **nut** **meats**
½ 杯子 坚果 肉类

半杯坚果仁

[mɪks]['ʃʊgə(r)] , ['saʊə(r)] [kriːm] [ænd; ənd] [egz] .
Mix **sugar** **,** **sour** **cream** **and** **eggs** **.**
混合 糖 , 酸的 奶油 和 鸡蛋 .

将糖、酸奶油和鸡蛋混合。

[ˌeɪ diː 'diː]['ʌðə(r)] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd] [kʊk] ['əʊvə(r)] [sləʊ] ['faɪə(r)] ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] [ʌn'tɪl] ['mɪkstʃə(r)]
Add **other** **ingredients** **and** **cook** **over** **slow** **fire** **stirring** **constantly** **until** **mixture**
添加 其他 原料 和 厨师 超过 慢的 火 搅拌 不断地 直到 混合物
['θikən] .
thickens **.**
增厚 .

加入其他配料，用小火慢煮，不断搅拌，直到混合物变稠。

['æp(ə)l] [nʌt] ['piːtə; 'pɪtə]
APPLE **NUT** **PITA**
苹果 坚果 皮塔

苹果坚果皮塔饼

(['piːtə; 'pɪtə]['ɛs.eɪ] -)
(**Pita** **Sa** **Orasima** **)**
(皮塔饼 萨 -)

(Pita Sa Orasima)

¾ [kʌp] [swiːt] ['bʌtə(r)]
¾ **cup** **sweet** **butter**
¾ 杯子 甜的 黄油

¾ 杯甜黄油

['greɪtɪd] [piːl] [ɒv; əv][wʌn]['lemən]
grated **peel** **of** **one** **lemon**
磨碎的 果皮 的 一 柠檬

一个柠檬的磨碎皮

['sɛvən] [eg] [jəʊk]
7 **egg** **yolks**
7 蛋 蛋黄

7个蛋黄

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
1 **cup** **sugar**
1 杯子 糖

杯糖

½ ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə]
½ teaspoon baking soda
½ 茶匙 烘烤 苏打

½茶匙小苏打

1¼ [paʊndz] ['flaʊə(r)]
1¼ pounds flour
1¼ 磅 面粉

1¼磅面粉

[kriːm] ['bʌtə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)] , ['lemən] [piːl] [ænd; ənd]['səʊdə] .
Cream butter , add sugar , lemon peel and soda .
奶油 黄油 , 添加 糖 , 柠檬 果皮 和 苏打 .

搅打黄油，加入糖、柠檬皮和小苏打。

[mɪks] [wel] , [ˌeɪ diː 'diː] [jəʊk] [ænd; ənd] [biːt] [ə'gen] .
Mix well , add yolks and beat again .
混合 出色地 , 添加 蛋黄 和 打 再次 .

充分搅拌，加入蛋黄，再次搅拌。

[ˌeɪ diː 'diː]['flaʊə(r)]['grædʒuəli] , ['biːtɪŋ] [dəʊ] ['kɒnstəntli] [ʌn'tɪl] [wel] ['blendɪd] .
Add flour gradually , beating dough constantly until well blended .
添加 面粉 逐步地 , 殴打 面团 不断地 直到 出色地 混合 .

逐渐加入面粉，不断搅拌面团，直到充分混合。

[tʃɪl] .
Chill .
寒意 .

寒意。

['fɪlɪŋ]
FILLING
填充

填充

¾ [kʌp] [graʊnd] ['wɔːlnʌts]
¾ cup ground walnuts
¾ 杯子 地面 核桃

¾ 杯磨碎的核桃

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
1 cup sugar
1 杯子 糖

杯糖

['sɛvən] [eg] ['waɪts] ['biːt(ə)n] [stɪf]
7 egg whites beaten stiff
7 蛋 白人 被打败 僵硬的

7个打发至硬性发泡的蛋白

[ˌtuːˈtuː]['greɪtɪd] ['æplz]
2 grated apples
2 磨碎的 苹果

2个磨碎的苹果

[mɪks] [nʌts] [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .
Mix nuts and sugar .
混合 坚果 和 糖 .

将坚果和糖混合。

[ˌeɪ diː 'diː][ðem; ðəm]['grædʒuəli][tuː; tə]['biːt(ə)n] [eg] ['waɪts] .
Add them gradually to beaten egg whites .
添加 他们 逐步地 到 被打败 蛋 白人 .

将它们逐渐加入打发的蛋白中。

[ðen] [fəʊld][ɪn] ['æplz] .
Then fold in apples .
然后 折叠 在 苹果 .

然后拌入苹果。

[rəʊl] [aʊt] [tuː] - [θɜːdz] [ɒv; əv][ðə; ði] [dəʊ] [ænd; ənd][laɪn][saɪdz][ænd; ənd] ['bɒtəm] [ɒv; əv][æn; ən]
Roll out two - thirds of the dough and line sides and bottom of an
卷 出去 二 - 三分之一 的 这 面团 和 线 侧面 和 底部 的 一个
[ʌn'griːst] ['beɪkɪŋ] [pæn] .
ungreased baking pan .
未涂油的 烘烤 平底锅 .

将三分之二的面团擀开，铺在未涂油的烤盘的侧面和底部。

[ˌeɪ diː 'diː] ['fɪlɪŋ] .
Add filling .
添加 填充 .

加入馅料。

[rəʊl] [aʊt] [rɪ'meɪnɪŋ] [dəʊ] [ænd; ənd] ['lætɪs] ['əʊvə(r)][tɒp] .
Roll out remaining dough and lattice over top .
卷 出去 其余的 面团 和 格子 超过 顶部 .

将剩余的面团擀开，在上面编成格子状。

[beɪk] [ɪn] - [dɪ'griː] ['ʌv(ə)n] - ['mɪnɪts] [tuː; tə][wʌn]['aʊə(r)] . [ˌtuː'tuː]
Bake in 250 degree oven 45 minutes to one hour . 2
烤 在 - 程度 烤箱 - 分钟 到 一 小时 . 2

在250度烤箱中烘烤45分钟至1小时。

['æp(ə)l] ['dʌmplɪŋz]
APPLE DUMPLINGS
苹果 饺子

苹果饺子

[ˌtuː'tuː] [kʌps] ['flaʊə(r)]
2 cups flour
2 杯子 面粉

2杯面粉

[ˌtuː'tuː] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
2 teaspoons baking powder
2 茶匙 烘烤 粉末

2茶匙泡打粉

½ ['tiːspuːn] ['ʃʊgə(r)]
½ teaspoon sugar
½ 茶匙 糖

半茶匙糖

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
½ teaspoon salt
½ 茶匙 盐

½茶匙盐

[fɔːr]['lev(ə)l] ['teɪbəlˌspuːnz] [lɑːd] [ɔː(r)]['ʌðə(r)] ['ʃɔːtnɪŋ]
4 level tablespoons lard or other shortening
4 等级 汤匙 猪油 或者 其他 缩短

平勺猪油或其他起酥油

[ɪ'nʌf] [mɪlk] [tuː; tə] [meɪk] [sɒft] [dəʊ]
enough milk to make soft dough
足够的 牛奶 到 制作 柔软的 面团

足够的牛奶来揉成柔软的面团

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] ['swiːtnd] ([draɪd]) ['æplz]
2 **cups** **sweetened** **(** **dried** **)** **apples**
2 杯子 加糖 (干燥) 苹果

杯甜苹果干

[sɪft] [draɪ] [ɪnˈgriːdiənts] [təˈgeðə(r)] , [spred] [wɪð] ['swiːtnd] ['æplz] .
Sift **dry** **ingredients** **together** **,** **spread** **with** **sweetened** **apples** **.**
筛 干燥 原料 一起 , 传播 和 加糖 苹果 .

将干料混合过筛，铺上甜苹果。

[ðen] [rəʊl] [ʌp] [laɪk] ['sɪnəmən] [rəʊlz] [ænd; ənd] [kʌt] [əˈbaʊt] [æn; ən] [ɪntʃ] [waɪd] .
Then **roll** **up** **like** **cinnamon** **rolls** **and** **cut** **about** **an** **inch** **wide** **.**
然后 卷 向上 喜欢 肉桂 卷 和 切 关于 一个 英寸 宽的 .

然后像卷肉桂卷一样卷起来，切成约一英寸宽的条状。

[set] [rəʊld] ['slaɪsɪz] [ɪn] [pæn] [kənˈteɪnɪŋ] [ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [ɪnˈgriːdiənts] :
Set **rolled** **slices** **in** **pan** **containing** **the** **following** **ingredients** **:**
放 滚动 切片 在 平底锅 包含 这 下列的 原料 :

将卷好的切片放入装有以下食材的平底锅中：

[θriː] [kʌps] ['wɔːtə(r)]
3 **cups** **water**
3 杯子 水

3 杯水

[θriː] [kʌps] ['ʃʊgə(r)]
3 **cups** **sugar**
3 杯子 糖

3杯糖

[ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)]
2 **tablespoons** **butter**
2 汤匙 黄油

2汤匙黄油

[wʌn] ['tiːspuːn] ['sɪnəmən]
1 **teaspoon** **cinnamon**
1 茶匙 肉桂

1茶匙肉桂

[wʌn] ['tiːspuːn] ['nʌtmeg]
1 **teaspoon** **nutmeg**
1 茶匙 肉豆蔻

1茶匙肉豆蔻

[beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] [ʌn'tɪl] [braʊn] .
Bake **in** **moderate** **oven** **until** **brown** **.**
烤 在 缓和 烤箱 直到 棕色的 .

用中等温度的烤箱烘烤至棕色。

[bɔɪld] [braʊn] [keɪk]
BOILED **BROWN** **CAKE**
煮沸 棕色的 蛋糕

煮熟的棕色蛋糕

[wʌn] [kʌp] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]
1 **cup** **brown** **sugar**
1 杯子 棕色的 糖

杯红糖

[wʌn] [kʌp] ['wɔːtə(r)]
1 **cup** **water**
1 杯子 水

杯水

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] ['siːdɪd] (['stɪki]) ['reɪzɪnz]
2 **cups** **seeded** **(** **sticky** **)** **raisins**
2 杯子 播种 (黏) 葡萄干

杯带籽（粘稠）葡萄干

½ [kʌp] [lɑːd]
½ **cup** **lard**
½ 杯子 猪油

半杯猪油

¼ ['tiːspuːn] ['nʌtmeg]
¼ **teaspoon** **nutmeg**
¼ 茶匙 肉豆蔻

¼茶匙肉豆蔻

¼ ['tiːspuːn] ['sɪnəmən]
¼ **teaspoon** **cinnamon**
¼ 茶匙 肉桂

¼茶匙肉桂

[wʌn] ['tiːspuːn] [graʊnd] [kləʊvz]
1 **teaspoon** **ground** **cloves**
1 茶匙 地面 丁香

1茶匙丁香粉

[bɔɪl] [fɔː(r); fə(r)] [θriː] ['mɪnɪts] .
Boil **for** **three** **minutes** **.**
熬 为了 三 分钟 .

煮沸三分钟。

[wen] [kuːl] [ˌeɪ diː 'diː] [ˌtuːˈtuː] [kʌps] ['sɪftɪd] ['flaʊə(r)] [wɪð] ½ ['tiːspuːn] [ˌbaɪ'kɑːbənət] [ɒv; əv] ['səʊdə]
When **cool** **add** **2** **cups** **sifted** **flour** **with** **½** **teaspoon** **bicarbonate** **of** **soda**
什么时候凉爽的 添加 2 杯子 筛过的 面粉 和 ½ 茶匙 碳酸氢盐 的 苏打
[dɪ'zɒlvd] [ɪn] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [hɒt] ['wɔːtə(r)] .
dissolved **in** **a** **little** **hot** **water** **.**
溶解 在 一个 小的 热的 水 .

冷却后，加入 2 杯过筛的面粉和 ½ 茶匙溶于少量热水的碳酸氢钠。

[beɪk] [ɪn] [griːzd] - - [dɪ'griː] ['ʌv(ə)n] [fɔː(r); fə(r)] [wʌn] [ə; eɪ] ['kwɔːtə(r)] ['aʊəz] .
Bake **in** **greased** **loafpan** **325** **degree** **oven** **for** **one** **a** **quarter** **hours** **.**
烤 在 涂油 - - 程度 烤箱 为了 一 一个 四分之一 小时 .

在抹了油的面包模具中，以 325 度的烤箱烘烤 1 小时 15 分钟。

[ɪmp] [ɒv; əv] ['seɪtn] [keɪk]
IMP **OF** **SATAN** **CAKE**
重要 的 撒但 蛋糕

撒旦蛋糕的恶魔

¼ [paʊnd] [ˌmɑːdʒə'riːn]
¼ **pound** **margarine**
¼ 磅 人造黄油

¼磅人造黄油

¾ [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
¾ **cup** **sugar**
¾ 杯子 糖

¾ 杯糖

1½ [kʌps] [keɪk] ['flaʊə(r)]
1½ **cups** **cake** **flour**
1½ 杯子 蛋糕 面粉

1.5 杯蛋糕粉

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
½ teaspoon salt
½ 茶匙 盐

½茶匙盐

[ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
2 teaspoons baking powder
2 茶匙 烘烤 粉末

2茶匙泡打粉

½ [kʌp] [mɪlk]
½ cup milk
½ 杯子 牛奶

半杯牛奶

[ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn] ['faɪnli] [tʃɒpt] ['lemən] [piːl]
2 teaspoons finely chopped lemon peel
2 茶匙 精细地 切碎 柠檬 果皮

2茶匙切碎的柠檬皮

[fɔːr] [eg] ['waɪts] , ['stɪfli] ['biːt(ə)n]
4 egg whites , stiffly beaten
4 蛋 白人 , 僵硬地 被打败

4个蛋清，打发至硬性发泡

[ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn] [və'nɪlə]
2 teaspoons vanilla
2 茶匙 香草

2茶匙香草精

[kriːm] ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd] ['ʃɔːtnɪŋ] .
Cream sugar and shortening .
奶油 糖 和 缩短 .

奶油、糖和起酥油。

[biːt] [ʌn'tɪl] ['flʌfi] .
Beat until fluffy .
打 直到 蓬松的 .

打发至蓬松。

[sɪft] [keɪk] ['flaʊə(r)] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)][ænd; ənd][sɔːlt] .
Sift cake flour , baking powder and salt .
筛 蛋糕 面粉 , 烘烤 粉末 和 盐 .

将蛋糕粉、泡打粉和盐过筛。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə] [kriːmd] ['mɪkstʃə(r)] , ['ɔːltəneɪtɪŋ] [wɪð] [mɪlk] .
Then add to creamed mixture , alternating with milk .
然后 添加 到 奶油 混合物 , 交替 和 牛奶 .

然后将其加入奶油混合物中，与牛奶交替加入。

[ˌeɪ diː 'diː]['lemən] , [ðen] ['tʃɒklət] .
Add lemon , then chocolate .
添加 柠檬 , 然后 巧克力 .

加入柠檬，再加入巧克力。

[fəʊld][ɪn] [eg] ['waɪts] , [və'nɪlə] ,
Fold in egg whites , vanilla ,
折叠 在 蛋 白人 , 香草 ,

拌入蛋白和香草精，

[beɪk] [ɪn] [tuː] [griːzd] [eit] - [ɪntʃ] [pænz][fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] [ɪn][ə; eɪ] - [dɪ'griː] ['ʌv(ə)n] .
bake in two greased 8 - inch pans for 35 minutes in a 350 degree oven .
烤 在 二 涂油 8 - 英寸 平底锅 为了 - 分钟 在 一个 - 程度 烤箱 .

将面团放入两个抹了油的 8 英寸烤盘中，在 350 度的烤箱中烘烤 35 分钟。

[brə'zɪl] [nʌt] [deɪt] [keɪk]
BRAZIL **NUT** **DATE** **CAKE**
巴西 坚果 日期 蛋糕

巴西坚果枣糕

[θriː] [kʌps] [brə'zɪl] [nʌts] ([ˌtuː'tuː] [paʊndz] [ʌn'ʃeld] , [wʌn] [paʊnd] [ʃeld])
3 **cups** **Brazil** **nuts** **(** **2** **pounds** **unshelled** **,** **1** **pound** **shelled** **)**
3 杯子 巴西 坚果 (2 磅 未开壳的 , 1 磅 带壳)

杯巴西坚果（2 磅带壳，1 磅去壳）

[wʌn] [paʊnd] ['pɪtɪd] [ɪm'pɔː(r)tɪd] [deɪts]
1 **pound** **pitted** **imported** **dates**
1 磅 凹坑 进口 日期

1磅去核进口枣

[wʌn] [kʌp] ([wʌn][eit] - [aʊns] [dʒɑː(r)]) [dreɪnd] [ˌmærə'ʃiːnəʊ; ˌmærə'skiːnəʊ] ['tʃeriz]
1 **cup** **(** **one** **8** **-** **ounce** **jar** **)** **drained** **maraschino** **cherries**
1 杯子 (一 8 - 盎司 罐) 排水 樱桃酒 樱桃

杯（一罐 8 盎司）沥干水分的马拉斯奇诺樱桃

¾ [kʌp] ['sɪftɪd] [ɔːl] - ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]
¾ **cup** **sifted** **all** **-** **purpose** **flour**
¾ 杯子 筛过的 全部 - 目的 面粉

¾ 杯过筛通用面粉

¾ [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
¾ **cup** **sugar**
¾ 杯子 糖

¾ 杯糖

½ ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
½ **teaspoon** **baking** **powder**
½ 茶匙 烘烤 粉末

½茶匙泡打粉

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
½ **teaspoon** **salt**
½ 茶匙 盐

½茶匙盐

[θriː] [egz]
3 **eggs**
3 鸡蛋

3个鸡蛋

[wʌn] ['tiːspuːn] [və'nɪlə]
1 **teaspoon** **vanilla**
1 茶匙 香草

1茶匙香草精

[pʊt] [brə'zɪl] [nʌts] , [deɪts] [ænd; ənd] ['tʃeriz] ['ɪntuː] [lɑːdʒ] [bəʊl] .
Put **Brazil** **nuts** **,** **dates** **and** **cherries** **into** **large** **bowl** **.**
放 巴西 坚果 , 日期 和 樱桃 进入 大的 碗 .

将巴西坚果、椰枣和樱桃放入大碗中。

[sɪft] ['flaʊə(r)] , ['ʃʊgə(r)] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)][ænd; ənd][sɔːlt]['əʊvə(r)] [nʌts] [ænd; ənd] [fruːt] ;
Sift **flour** **,** **sugar** **,** **baking** **powder** **and** **salt** **over** **nuts** **and** **fruit** **;**
筛 面粉 , 糖 , 烘烤 粉末 和 盐 超过 坚果 和 水果 ;

将面粉、糖、泡打粉和盐筛入坚果和水果中；

[mɪks] [wɪð] [hændz] [ʌn'tɪl] [nʌts] [ænd; ənd] [fruːt] [ɑː(r); ə(r)] ['kəʊtɪd] .
mix **with** **hands** **until** **nuts** **and** **fruit** **are** **coated** **.**
混合 和 双手 直到 坚果 和 水果 是 涂层 .

用手搅拌，直到坚果和水果都裹上酱汁。

[biːt] [egz] [ʌn'tɪl] ['fəʊmi] , [ˌeɪ diː 'diː] [və'nɪlə] , [stɜː(r)]['ɪntuː] [nʌt] - [fruːt]['mɪkstʃə(r)] [ʌn'tɪl] [wel] [mɪkst] .

Beat	**eggs**	**until**	**foamy**	**,**	**add**	**vanilla**	**,**	**stir**	**into**	**nut**	**-**	**fruit**	**mixture**	**until**	**well**	**mixed**	**.**
打	鸡蛋	直到	泡沫状	,	添加	香草	,	搅拌	进入	坚果	-	水果	混合物	直到	出色地	混合	.

把鸡蛋打至起泡，加入香草精，搅拌至与坚果水果混合物充分混合。

[tɜːn] ['ɪntuː] [griːzd] [ænd; ənd] [wækst] ['peɪpə(r)] - [laɪnd][pæn] 9¼ [baɪ] 5½ [baɪ] 2½ ['ɪntʃɪz] .

Turn	**into**	**greased**	**and**	**waxed**	**paper**	**-**	**lined**	**pan**	**9¼**	**by**	**5½**	**by**	**2½**	**inches**	**.**
转动	进入	涂油	和	打蜡	纸	-	衬里	平底锅	9¼	经过	5½	经过	2½	英寸	.

将面团倒入抹了油并铺有蜡纸的 9¼ 英寸 x 5½ 英寸 x 2½ 英寸的烤盘中。

[spred] ['iːvnli] [ɪn][pæn] .

Spread	**evenly**	**in**	**pan**	**.**
传播	均匀地	在	平底锅	.

均匀铺在平底锅中。

[beɪk] [ɪn] [sləʊ] ['ʌv(ə)n] (- [dɪ'griːz] [ef] .) [wʌn]['aʊə(r)][ænd; ənd] - ['mɪnɪts] .

Bake	**in**	**slow**	**oven**	**(**	**300**	**degrees**	**F**	**.**	**)**	**1**	**hour**	**and**	**45**	**minutes**	**.**
烤	在	慢的	烤箱	(	-	学位	F	.	)	1	小时	和	-	分钟	.

在低温烤箱（300华氏度）中烘烤1小时45分钟。

[keɪk] [mʌst; məst][biː; bi] [kuːld] [bɪ'fɔː(r)] ['slaɪsɪŋ] .

Cake	**must**	**be**	**cooled**	**before**	**slicing**	**.**
蛋糕	必须	是	冷却	前	切片	.

蛋糕必须冷却后才能切片。

(['eksələnt] [keɪk] [tuː; tə][stɔː(r)][ɪn]['plæstɪk][bæg][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [wiːk] [ɔː(r)] [tuː] [ɔː(r)][stɔː(r)][ɪn] [diːp]

(	**Excellent**	**cake**	**to**	**store**	**in**	**plastic**	**bag**	**for**	**a**	**week**	**or**	**two**	**or**	**store**	**in**	**deep**
(	出色的	蛋糕	到	店铺	在	塑料	包	为了	一个	星期	或者	二	或者	店铺	在	深的

[friːz] .)

freeze	**.**	**)**
冻结	.	)

（这款蛋糕非常适合用塑料袋保存一到两周，或者放入冰箱冷冻保存。）

[nəʊt] : [fɔː(r); fə(r)] ['iːzi] ['ʃelɪŋ] [ɒv; əv][brə'zɪl] [nʌts] , ['kʌvə(r)] [wɪð] [kəʊld]['wɔːtə(r)] ;

Note	**:**	**For**	**easy**	**shelling**	**of**	**Brazil**	**nuts**	**,**	**cover**	**with**	**cold**	**water**	**;**
笔记	:	为了	简单的	炮击	的	巴西	坚果	,	覆盖	和	寒冷的	水	;

注：为了方便剥去巴西坚果的壳，可以用冷水浸泡；

[brɪŋ] [tuː; tə][ə; eɪ][bɔɪl][ænd; ənd][bɔɪl][fɔː(r); fə(r)][θriː] ['mɪnɪts] .

bring	**to**	**a**	**boil**	**and**	**boil**	**for**	**3**	**minutes**	**.**
带来	到	一个	熬	和	熬	为了	3	分钟	.

煮沸后继续煮3分钟。

[dreɪn] [ænd; ənd]['kʌvə(r)] [wɪð] [kəʊld]['wɔːtə(r)] ; [dreɪn][ænd; ənd] [kræk] .

Drain	**and**	**cover**	**with**	**cold**	**water**	**;**	**drain**	**and**	**crack**	**.**
流走	和	覆盖	和	寒冷的	水	;	流走	和	裂缝	.

沥干水分，用冷水覆盖；沥干水分，然后开裂。

['kaʊbɔɪ] [keɪk]

COWBOY	**CAKE**
牛仔	蛋糕

牛仔蛋糕

[ˌtuː'tuː] [kʌps] ['ʃʊgə(r)]

2	**cups**	**sugar**
2	杯子	糖

2杯糖

[ˌtuː'tuː] [kʌps] [hɒt]['wɔːtə(r)]

2	**cups**	**hot**	**water**
2	杯子	热的	水

杯热水

⅔ [kʌps] ['ʃɔːtnɪŋ]
⅔ cups shortening
⅔ 杯子 缩短

⅔ 杯起酥油

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] ['reɪzɪnz]
2 cups raisins
2 杯子 葡萄干

杯葡萄干

[wʌn] ['tiːspuːn] ['nʌtmeg]
1 teaspoon nutmeg
1 茶匙 肉豆蔻

1茶匙肉豆蔻

[wʌn] ['tiːspuːn] [kləʊvz]
1 teaspoon cloves
1 茶匙 丁香

1茶匙丁香

[ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn] ['sɪnəmən]
2 teaspoons cinnamon
2 茶匙 肉桂

2茶匙肉桂

[pʊt] [ə'bʌv] [ɪn'griːdiənts] , [mɪkst] [tə'geðə(r)] [ɒn] [stəʊv] , ['stɜːrɪŋ] ['sləʊli] .
Put above ingredients , mixed together on stove , stirring slowly .
放 多于 原料 , 混合 一起 在 火炉 , 搅拌 缓慢地 .

将以上食材放入炉子上，慢慢搅拌混合。

[let] [kʌm] [tuː; tə] [bɔɪl] ; [θriː] ['mɪnɪts] .
Let come to boil ; three minutes .
让 来 到 熬 ; 三 分钟 .

煮沸后，再煮三分钟。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː] ['tiːspuːn] ['səʊdə] [dɪ'zɒlvd] [ɪn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [wɔːm] ['wɔːtə(r)] .
Then add two teaspoons soda dissolved in a little warm water .
然后 添加 二 茶匙 苏打 溶解 在 一个 小的 温暖的 水 .

然后加入两茶匙溶于少量温水中的小苏打。

[let] ['mɪkstʃə(r)] [kuːl] [tuː; tə] [ˌluːk'wɔːm] .
Let mixture cool to lukewarm .
让 混合物 凉爽的 到 温 .

让混合物冷却至温热。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][fɔː(r)] [kʌps] ['flaʊə(r)] , [tuː] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)][ænd; ənd] [tuː] [kʌps] [nʌt] [miːts]
Then add four cups flour , two teaspoons baking powder and two cups nut meats
然后 添加 四 杯子 面粉 , 二 茶匙 烘烤 粉末 和 二 杯子 坚果 肉类
([pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz][ɑː(r); ə(r)][best]) .
(pecans are best) .
(山核桃 是 最好的) .

然后加入四杯面粉、两茶匙泡打粉和两杯坚果仁（最好是山核桃）。

[pɔː(r)]['ɪntuː] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] [ɔː(r)][pæn] ['prefrəbli] [nɒt] [tuː] [diːp] .
Pour into baking dish or pan preferably not too deep .
倒 进入 烘烤 盘子 或者 平底锅 最好 不是 也 深的 .

倒入烤盘或烤盘中，最好不要太深。

[beɪk] [ɪn] - [dɪ'griː] ['ʌv(ə)n] .
Bake in 375 degree oven .
烤 在 - 程度 烤箱 .

在375度的烤箱中烘烤。

[test] [wɪð] ['tuːθpɪk] .
Test **with** **toothpick** **.**
测试 和 牙签 .

用牙签测试。

[wɪl] [sɜːv] [ə; eɪ] [gruːp] [ɒv; əv] - ['piːp(ə)l] .
Will **serve** **a** **group** **of** **30** **people** **.**
将要 服务 一个 团体 的 - 人们 .

可供30人享用。

['kaʊbɔɪ] [keɪk] [ræpt] [ɪn] [fɔɪl] [kiːps] [mɔɪst] [tuː; tə] [send] ['stjʊdnts] [æt; ət] [skuːl] [ə'weɪ] [frɒm; frəm]
Cowboy **Cake** **wrapped** **in** **foil** **keeps** **moist** **to** **send** **students** **at** **school** **away** **from**
牛仔 蛋糕 包装 在 挫败 保持 潮湿 到 发送 学生 在 学校 离开 从
[həʊm] . [θriː]
home **.** **3**
家 . 3

用锡纸包裹的牛仔蛋糕能保持湿润，方便学生在外求学时食用。3

['dʌb(ə)l] [kwɪk] ['kɒfi] [bred]
DOUBLE **QUICK** **COFFEE** **BREAD**
双倍的 快的 咖啡 面包

双倍速溶咖啡面包

[griːs] [eit] - [ɪntʃ] [pæn] , - - [ɪntʃ] ['skɪlɪt] , [ɔː(r)][naɪn] - [ɪntʃ] [rɪŋ] [məʊld] .
Grease **8** **-** **inch** **pan** **,** **10** **-** **inch** **skillet** **,** **or** **9** **-** **inch** **ring** **mold** **.**
润滑脂 8 - 英寸 平底锅 , - - 英寸 煎锅 , 或者 9 - 英寸 戒指 模具 .

在 8 英寸平底锅、10 英寸煎锅或 9 英寸环形模具上涂油。

[meɪk] ['tɒpɪŋ] [ænd; ənd][hæv; həv][ˌaɪ 'tiː] ['redi] .
Make **topping** **and** **have** **it** **ready** **.**
制作 配料 和 有 它 准备好 .

做好配料并备用。

¾ [kʌp] [wɔːm] ['wɔːtə(r)]
¾ **cup** **warm** **water**
¾ 杯子 温暖的 水

¾ 杯温水

[wʌn] ['pækɪdʒ] [draɪ] [jiːst]
1 **package** **dry** **yeast**
1 包裹 干燥 酵母

包干酵母

¼ [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
¼ **cup** **sugar**
¼ 杯子 糖

¼ 杯糖

[wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt]
1 **teaspoon** **salt**
1 茶匙 盐

1茶匙盐

2¼ [kʌps] ['sɪftɪd] ['flaʊə(r)]
2¼ **cups** **sifted** **flour**
2¼ 杯子 筛过的 面粉

2¼ 杯过筛面粉

[wʌn] [eg]
1 **egg**
1 蛋

1个鸡蛋

¼ [kʌp] [sɒft] ['ʃɔːtnɪŋ] [ɔː(r)]['bʌtə(r)]
¼ cup soft shortening or butter
¼ 杯子 柔软的 缩短 或者 黄油

¼ 杯软化的起酥油或黄油

[dɪ'zɒlv] [jiːst] [ɪn]['wɔːtə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)][ænd; ənd][sɔːlt] , [ænd; ənd] [ə'baʊt] [hɑːf][ðə; ði]['flaʊə(r)] .
Dissolve yeast in water , add sugar and salt , and about half the flour .
溶解 酵母 在 水 , 添加 糖 和 盐 , 和 关于 一半 这 面粉 .

将酵母溶于水中，加入糖、盐和大约一半的面粉。

[biːt] ['θʌrəli] [ˌtuː'tuː] ['mɪnɪts] .
Beat thoroughly 2 minutes .
打 彻底 2 分钟 .

充分搅拌2分钟。

[ˌeɪ diː 'diː] [eg] [ænd; ənd] ['ʃɔːtnɪŋ] .
Add egg and shortening .
添加 蛋 和 缩短 .

加入鸡蛋和起酥油。

[ðen] [biːt] [ɪn]['grædʒuəli][ðə; ði] [rɪ'meɪnɪŋ] ['flaʊə(r)][ʌn'tɪl] [smuːð] .
Then beat in gradually the remaining flour until smooth .
然后 打 在 逐步地 这 其余的 面粉 直到 光滑的 .

然后逐渐加入剩余的面粉，搅拌至顺滑。

[drɒp] [baɪ] ['spuːnzˌfʊl] ['əʊvə(r)][ɪn'taɪə(r)] ['bɒtəm] [ɒv; əv][pæn] .
Drop by spoonsful over entire bottom of pan .
降低 经过 一勺 超过 全部的 底部 的 平底锅 .

用勺子将面糊均匀地滴在锅底。

['kʌvə(r)] .
Cover .
覆盖 .

覆盖。

[let] [raɪz] [ɪn] [wɔːm] [pleɪs] (- [dɪ'griːz]) [ʌn'tɪl] ['dʌb(ə)l] [ɪn] [bʌlk] , - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
Let rise in warm place (85 degrees) until double in bulk , 50 to 60 minutes .
让 上升 在 温暖的 地方 (- 学位) 直到 双倍的 在 大部分 , - 到 - 分钟 .

放在温暖的地方（85度）发酵至体积增大一倍，约50至60分钟。

[hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] - [dɪ'griːz] .
Heat oven to 375 degrees .
热 烤箱 到 - 学位 .

将烤箱预热至375度。

[beɪk] [ʌn'tɪl] [braʊn] , - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
Bake until brown , 30 to 35 minutes .
烤 直到 棕色的 , - 到 - 分钟 .

烤至棕色，约30至35分钟。

[ɪ'miːdiətli] [tɜːn] [aʊt] [tuː; tə] [ə'vɔɪd] ['stɪkɪŋ] .
Immediately turn out to avoid sticking .
立即地 转动 出去 到 避免 粘性 .

立即翻转，以免粘连。

[sɜːv] [wɔːm] [ɔː(r)][kəʊld] .
Serve warm or cold .
服务 温暖的 或者 寒冷的 .

可热食或冷食。

['tɒpɪŋ] (['bʌtəskɒtʃ] [nʌt])
TOPPING (BUTTERSCOTCH NUT)
配料 (奶油糖果 坚果)

配料（奶油糖坚果）

[melt] [ɪn] [pæn] [ə; eɪ] [θɜːd] [kʌp] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] [hɑːf] [kʌp] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] [wɪð] [wʌn] ['teɪblspuːn] [kɔːn]

Melt	**in**	**pan**	**a**	**third**	**cup**	**butter**	**and**	**half**	**cup**	**brown**	**sugar**	**with**	**one**	**tablespoon**	**corn**
熔化	在	平底锅	一个	第三	杯子	黄油	和	一半	杯子	棕色的	糖	和	一	汤匙	玉米

['sɪrəp] .

syrup	**.**
糖浆	.

在平底锅中融化三分之一杯黄油、半杯红糖和一汤匙玉米糖浆。

[ˌeɪ diː 'diː] [hɑːf] [kʌp] [pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz] [ɔː(r)] ['wɔːlnʌts] .

Add	**half**	**cup**	**pecans**	**or**	**walnuts**	**.**
添加	一半	杯子	山核桃	或者	核桃	.

加入半杯山核桃或核桃。

[kuːl] [tuː; tə] [wɔːm] [bɪ'fɔː(r)] ['spuːnɪŋ] [ɪn] [dəʊ] .

Cool	**to**	**warm**	**before**	**spooning**	**in**	**dough**	**.**
凉爽的	到	温暖的	前	勺子式	在	面团	.

冷却至温热后再用勺子舀入面团。

['græn,mɑːz] [braʊn] [stəʊn] [frʌnt]

GRANDMA'S	**BROWN**	**STONE**	**FRONT**
奶奶的	棕色的	石头	正面

奶奶的棕色石头门面

[fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)]

4	**tablespoons**	**butter**
4	汤匙	黄油

4汤匙黄油

½ [kʌp] [mɪlk]

½	**cup**	**milk**
½	杯子	牛奶

半杯牛奶

[θriː] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]

3	**teaspoons**	**baking**	**powder**
3	茶匙	烘烤	粉末

3茶匙泡打粉

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]

1	**cup**	**sugar**
1	杯子	糖

杯糖

[ˌtuː'tuː] [egz]

2	**eggs**
2	鸡蛋

2个鸡蛋

1¾ [kʌps] ['flaʊə(r)]

1¾	**cups**	**flour**
1¾	杯子	面粉

1¾ 杯面粉

½ ['tiːspuːn] [və'nɪlə]

½	**teaspoon**	**vanilla**
½	茶匙	香草

½茶匙香草精

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['kəʊkəʊ]

1	**tablespoon**	**cocoa**
1	汤匙	可可

1汤匙可可粉

½ ['tiːspuːn] ['sɪnəmən]
½ teaspoon cinnamon
½ 茶匙 肉桂

½茶匙肉桂

¼ ['tiːspuːn] ['nʌtmeg]
¼ teaspoon nutmeg
¼ 茶匙 肉豆蔻

¼茶匙肉豆蔻

[kriːm] ['bʌtə(r)][ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .
Cream butter and sugar .
奶油 黄油 和 糖 .

搅打黄油和糖。

[ˌeɪ diː 'diː][mɪlk][ænd; ənd] [egz] [wel] ['biːt(ə)n] ; [ðen] ['flaʊə(r)][ænd; ənd]['kəʊkəʊ] [mɪkst] .
Add milk and eggs well beaten ; then flour and cocoa mixed .
添加 牛奶 和 鸡蛋 出色地 被打败 ; 然后 面粉 和 可可 混合 .

加入牛奶和打散的鸡蛋；然后加入混合好的面粉和可可粉。

[ˌeɪ diː 'diː] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)][ænd; ənd][s'paɪsɪz][ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Add baking powder and spices and vanilla .
添加 烘烤 粉末 和 香料 和 香草 .

加入泡打粉、香料和香草精。

[beɪk] [ɪn][ləʊf][pæn] , [ɔː(r)][ɪn] ['leɪəz] [æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .
Bake in loaf pan , or in layers at 350 degrees for 30 minutes .
烤 在 面包 平底锅 , 或者 在 层 在 - 学位 为了 - 分钟 .

用面包模具烘烤，或者分层烘烤，350度烘烤30分钟。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][lɒŋgə(r)][fɔː(r); fə(r)][ləʊf] .
A little longer for loaf .
一个 小的 更长 为了 面包 .

烤面包还需要一些时间。

[best] [wɪð] [fʌdʒ] ['frɒstɪŋ] .
Best with fudge frosting .
最好的 和 做傻事 糖霜 .

搭配巧克力软糖糖霜味道更佳。

[fʌdʒ] ['aɪsɪŋ]
FUDGE ICING
做傻事 糖霜

巧克力软糖糖霜

1½ [kʌps] ['ʃʊgə(r)]
1½ cups sugar
1½ 杯子 糖

1.5 杯糖

½ [kʌp] ['kəʊkəʊ]
½ cup cocoa
½ 杯子 可可

半杯可可粉

[wʌn] [smɔːl] [kæn; kən] [mɪlk]
1 small can milk
1 小的 能 牛奶

1小罐牛奶

[mɪks]['ʃʊgə(r)][ænd; ənd]['kəʊkəʊ][ɪn][ə; eɪ] [sɔːs] [pæn] ,
Mix sugar and cocoa in a sauce pan ,
混合 糖 和 可可 在 一个 酱 平底锅 ,

将糖和可可粉混合在平底锅中，

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][mɪlk][ænd; ənd] [kʊk] ['əʊvə(r)] ['mɒdərət] [fleɪm] [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] ['stɜːrɪŋ] ['sləʊli]

add	the	milk	and	cook	over	moderate	flame	about	10	minutes	stirring	slowly
添加	这	牛奶	和	厨师	超过	缓和	火焰	关于	-	分钟	搅拌	缓慢地

[ænd; ənd] ['kɒnstəntli] [tuː; tə][ə'vɔɪd] ['bɜːnɪŋ] .

and	constantly	to	avoid	burning	.
和	不断地	到	避免	燃烧	.

加入牛奶，用中火煮约 10 分钟，慢慢地、不停地搅拌，以免烧焦。

[wen] [dʌn] [ˌeɪ diː 'diː][wʌn] ['teɪblspuːn] ['əʊlɪəʊ][ænd; ənd] [biːt] [wel] .

When	done	add	1	tablespoon	oleo	and	beat	well	.
什么时候	完毕	添加	1	汤匙	油	和	打	出色地	.

完成后加入1汤匙人造黄油，搅拌均匀。

['æp(ə)l] [keɪk]

APPLE	CAKE
苹果	蛋糕

苹果蛋糕

[wʌn][kʌp]['ʃʊgə(r)]

1	cup	sugar
1	杯子	糖

杯糖

¼ [kʌp] ['ʃɔːtnɪŋ]

¼	cup	shortening
¼	杯子	缩短

¼ 杯起酥油

[fɔːr][ɔː(r)][faɪv] ['æplz] , [piːld] [ænd; ənd] [tʃɒpt] ['miːdiəm] [faɪn]

4	or	5	apples	,	peeled	and	chopped	medium	fine
4	或者	5	苹果	,	去皮	和	切碎	中等的	美好的

4或5个苹果，去皮切成中等大小的丁

[wʌn] [eg]

1	egg
1	蛋

1个鸡蛋

[wʌn][kʌp]['flaʊə(r)]

1	cup	flour
1	杯子	面粉

杯面粉

[wʌn] ['tiːspuːn] ['səʊdə]

1	teaspoon	soda
1	茶匙	苏打

1茶匙苏打水

½ ['tiːspuːn] ['sɪnəmən]

½	teaspoon	cinnamon
½	茶匙	肉桂

½茶匙肉桂

[kriːm] ['ʃɔːtnɪŋ] [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] [wel] [tə'geðə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː] [ʌn'biːtn] [eg] [ænd; ənd] [tʃɒpt]

Cream	shortening	and	sugar	well	together	,	add	unbeaten	egg	and	chopped
奶油	缩短	和	糖	出色地	一起	,	添加	不败	蛋	和	切碎

['æplz] .

apples	.
苹果	.

将起酥油和糖充分混合，加入未打散的鸡蛋和切碎的苹果。

[mɪks] [wel] [tə'geðə(r)] [wɪð] [spuːn] ([nɒt] [ɪ'lektrɪk] ['mɪksə(r)]) ; [sɪft]['flaʊə(r)] , ['sɪnəmən] [ænd; ənd]['səʊdə]

Mix	**well**	**together**	**with**	**spoon**	**(**	**not**	**electric**	**mixer**	**)**	**;**	**sift**	**flour**	**,**	**cinnamon**	**and**	**soda**
混合	出色地	一起	和	勺子	(	不是	电的	混合器	)	;	筛	面粉	,	肉桂	和	苏打

, [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə]['mɪkstʃə(r)] .

,	**and**	**add**	**to**	**mixture**	**.**
,	和	添加	到	混合物	.

用勺子（不要用电动搅拌器）充分搅拌均匀；将面粉、肉桂粉和小苏打过筛，加入混合物中。

[nʌts] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] .

Nuts	**may**	**be**	**added**	**.**
坚果	可能	是	额外	.

可以加入坚果。

[beɪk] [ɪn] [raʊnd] [ɔː(r)][skweə(r)] [keɪk] [pæn] ([ə'baʊt] [ˌtuː'tuː] ['ɪntʃɪz] [diːp]) [fɔː(r); fə(r)] - [ɔː(r)] - ['mɪnɪts]

Bake	**in**	**round**	**or**	**square**	**cake**	**pan**	**(**	**about**	**2**	**inches**	**deep**	**)**	**for**	**25**	**or**	**30**	**minutes**
烤	在	圆形的	或者	正方形	蛋糕	平底锅	(	关于	2	英寸	深的	)	为了	-	或者	-	分钟

[æt; ət] - [dɪ'griːz] .

at	**350**	**degrees**	**.**
在	-	学位	.

在圆形或方形蛋糕模具（约 2 英寸深）中，以 350 度烘烤 25 或 30 分钟。

[ðə; ði][tɒp][ɒv; əv] [keɪk] [wɪl] [hæv; həv][ə; eɪ][krɪsp] , ['krʌntʃi] ['tɒpɪŋ] [wɪð] [nəʊ]['aɪsɪŋ] [rɪ'kwaɪəd] .

The	**top**	**of**	**cake**	**will**	**have**	**a**	**crisp**	**,**	**crunchy**	**topping**	**with**	**no**	**icing**	**required**	**.**
这	顶部	的	蛋糕	将要	有	一个	脆	,	酥脆	配料	和	不	糖霜	必需的	.

蛋糕顶部会形成一层酥脆的顶料，无需糖霜。

['meɪp(ə)l] ['wɔːlnʌt] [keɪk]

MAPLE	**WALNUT**	**CAKE**
枫	核桃	蛋糕

枫糖核桃蛋糕

1½ [kʌps] ['ʃʊgə(r)]

1½	**cups**	**sugar**
1½	杯子	糖

1.5 杯糖

½ [kʌp] ['ʃɔːtnɪŋ]

½	**cup**	**shortening**
½	杯子	缩短

半杯起酥油

½ ['tiːspuːn] - { [ˌɪmɪ'teɪʃn] ['meɪp(ə)l]['ekstrækt; ɪk'strækt] }

½	**teaspoon**	**mapaline**	**{**	**imitation**	**maple**	**extract**	**}**
½	茶匙	-	{	模仿	枫	提炼	}

½ 茶匙枫糖浆（人造枫树提取物）

[ˌtuː'tuː] [egz]

2	**eggs**
2	鸡蛋

2个鸡蛋

[wʌn] [kʌp] [mɪlk]

1	**cup**	**milk**
1	杯子	牛奶

杯牛奶

[ˌtuː'tuː] [kʌps] ['sɪftɪd] ['flaʊə(r)]

2	**cups**	**sifted**	**flour**
2	杯子	筛过的	面粉

2杯过筛面粉

[ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]

2	**teaspoons**	**baking**	**powder**
2	茶匙	烘烤	粉末

2茶匙泡打粉

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]

½	**teaspoon**	**salt**
½	茶匙	盐

½茶匙盐

[kriːm] ['ʃʊgə(r)] , ['ʃɔːtnɪŋ] , - [ænd; ənd] [egz] .

Cream	**sugar**	**,**	**shortening**	**,**	**mapaline**	**and**	**eggs**	**.**
奶油	糖	,	缩短	,	-	和	鸡蛋	.

将糖、起酥油、马帕林和鸡蛋搅打均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] [mɪlk] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] .

Add	**milk**	**and**	**other**	**dry**	**ingredients**	**.**
添加	牛奶	和	其他	干燥	原料	.

加入牛奶和其他干料。

[mɪks] [wel] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː] ½ [kʌp] ['wɔːlnʌts] .

Mix	**well**	**,**	**then**	**add**	**½**	**cup**	**walnuts**	**.**
混合	出色地	,	然后	添加	½	杯子	核桃	.

充分搅拌，然后加入半杯核桃。

['aɪsɪŋ]

ICING
糖霜

糖霜

[fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)]

4	**tablespoons**	**butter**
4	汤匙	黄油

4汤匙黄油

½ ['tiːspuːn] -

½	**teaspoon**	**mapaline**
½	茶匙	-

½ 茶匙马帕林

[pɪntʃ] [ɒv; əv] [sɔːlt]

pinch	**of**	**salt**
捏	的	盐

一小撮盐

[wʌn] [eg]

1	**egg**
1	蛋

1个鸡蛋

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)]

2	**cups**	**powdered**	**sugar**
2	杯子	粉末状	糖

杯糖粉

[kriːm] ['bʌtə(r)] , - [ænd; ənd] [eg] .

Cream	**butter**	**,**	**mapaline**	**and**	**egg**	**.**
奶油	黄油	,	-	和	蛋	.

奶油、马帕林和鸡蛋混合均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)] .

Add	**salt**	**and**	**powdered**	**sugar**	**.**
添加	盐	和	粉末状	糖	.

加入盐和糖粉。

· ['kʊkiz] · ['kændɪz] ·
· **COOKIES** · **CANDIES** ·
· 曲奇饼 · 糖果 ·

·饼干 ·糖果 ·

[və'nɪlə] ['kʊkiz]
VANILLA **COOKIES**
香草 曲奇饼

香草饼干

½ [kʌp] ['bʌtə(r)] ([nəʊ] ['sʌbstɪtju:t])
½ **cup** **butter** **(** **no** **substitute** **)**
½ 杯子 黄油 (不 代替)

半杯黄油（不可替代）

[wʌn] [eg]
1 **egg**
1 蛋

1个鸡蛋

[wʌn] ['teɪblspu:n] [mɪlk]
1 **tablespoon** **milk**
1 汤匙 牛奶

1汤匙牛奶

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
1 **cup** **sugar**
1 杯子 糖

杯糖

[ˌtu:'tu:] [kʌps] ['flaʊə(r)]
2 **cups** **flour**
2 杯子 面粉

2杯面粉

[ˌtu:'tu:] ['ti:spu:n] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
2 **teaspoons** **baking** **powder**
2 茶匙 烘烤 粉末

2茶匙泡打粉

[wʌn] ['ti:spu:n] [və'nɪlə]
1 **teaspoon** **vanilla**
1 茶匙 香草

1茶匙香草精

[kri:m] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] ['ʃʊgə(r)] .
Cream **butter** **and** **sugar** **.**
奶油 黄油 和 糖 .

搅打黄油和糖。

[ˌeɪ di: 'di:] [mɪlk] , [egz] [ænd; ənd] ['flaʊə(r)] .
Add **milk** **,** **eggs** **and** **flour** **.**
添加 牛奶 , 鸡蛋 和 面粉 .

加入牛奶、鸡蛋和面粉。

[ðen] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] [ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Then **baking** **powder** **and** **vanilla** **.**
然后 烘烤 粉末 和 香草 .

然后加入泡打粉和香草精。

[li:v] [ɪn] [aɪs] [bɒks] [wʌn] ['aʊə(r)] .
Leave **in** **ice** **box** **one** **hour** **.**
离开 在 冰 盒子 一 小时 .

放入冰盒冷藏一小时。

[rəʊl] [θɪn] , ['veri] [θɪn] .
Roll thin , very thin .
卷 薄的 , 非常 薄的 .

擀得很薄，非常薄。

[kʌt] [ɪn] ['fænsi] [ʃeɪps] .
Cut in fancy shapes .
切 在 想要 形状 .

切成各种花式形状。

[beɪk] [ʌn'tɪl] [laɪt] [braʊn] . [fɔ:r]
Bake until light brown . 4
烤 直到 光 棕色的 . 4

烤至浅棕色。4

[pʊl] [mɪnts]
PULL MINTS
拉 薄荷糖

拉薄荷糖

[pɔ:(r)][wʌn][kʌp][ɒv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔ:tə(r)]['əʊvə(r)][θri:][kʌps][ɒv; əv]['ʃʊgə(r)][ænd; ənd] [dɪ'zɒlv] [ɒn][reɪndʒ] .
Pour 1 cup of boiling water over 3 cups of sugar and dissolve on range .
倒 1 杯子 的 沸腾 水 超过 3 杯子 的 糖 和 溶解 在 范围 .

将 1 杯沸水倒入 3 杯糖中，在炉子上煮至糖完全溶解。

[streɪn] [θru:] [θɪn] [klɒθ] ['ɪntu:][ə'nʌðə(r)]['ves(ə)l] , ['ædɪŋ] ½ [kʌp]['bʌtə(r)] ,
Strain through thin cloth into another vessel , adding ½ cup butter ,
拉紧 通过 薄的 布 进入 其他 血管 , 添加 ½ 杯子 黄油 ,

将液体用薄布过滤到另一个容器中，加入半杯黄油。

[ðen] [rɪ'tɜ:n] [tu:; tə]['faɪə(r)][ænd; ənd] [kʊk] [wɪð] ['kʌvə(r)]['əʊnli][ʌn'tɪl][ˌaɪ 'ti:] [fɔ:mz] [ə; eɪ][hɑ:d] [bɔ:l] .
then return to fire and cook with cover only until it forms a hard ball .
然后 返回 到 火 和 厨师 和 覆盖 仅有的 直到 它 表格 一个 难的 球 .

然后放回火上，盖上盖子继续煮，直到它变成一个硬球。

[pɔ:(r)]['ɪntu:] ['bʌtəd] ['plætə(r)][ænd; ənd] [ku:l] .
Pour into buttered platter and cool .
倒 进入 涂黄油的 拼盘 和 凉爽的 .

倒入抹了黄油的盘子里，放凉。

[wen] ['pɜ:fɪktli] [ku:l] [ˌeɪ di: 'di:][ə; eɪ] [fju:] [drɒps][ɒv; əv][ɔɪl][ɒv; əv] ['pepəmɪnt] [ænd; ənd] ['kʌlərɪŋ] .
When perfectly cool add a few drops of oil of peppermint and coloring .
什么时候 完美 凉爽的 添加 一个 很少 滴 的 油 的 薄荷 和 染色 .

完全冷却后，加入几滴薄荷油和色素。

[pʊl] [ʌn'tɪl] ['ri:əl] [stɪf] [ænd; ənd][set] - ['aʊəz] [ʌn'tɪl] [kri:md] .
Pull until real stiff and set 24 hours until creamed .
拉 直到 真实的僵硬的 和 放 - 小时 直到 奶油 .

拉至非常硬挺，静置 24 小时直至呈乳状。

[wen] [pɔ:] [aʊt][du:; də][nɒt] [skreɪp] [ðə; ði][pæn] .
When poured out do not scrape the pan .
什么时候 倾倒 出去 做 不是 刮 这 平底锅 .

倒出时不要刮锅底。

[blu:] [mɪnts] [pækt] [wɪð] ['sɪlvə(r)] [ʃɒt] [meɪk] [æn; ən] [ə'træktɪv] ['krɪsməs] [bɒks] .
Blue mints packed with silver shot make an attractive Christmas box .
蓝色的 薄荷糖 包装 和 银 射击 制作 一个 吸引人的 圣诞节 盒子 .

内含银珠的蓝色薄荷糖可以做成精美的圣诞礼盒。

[nəʊ'el] ['nʌgɪts]
NOEL NUGGETS
诺埃尔 鸡块

诺埃尔·纳格茨

[θriː] [kʌps] ['ʃʊgə(r)]

3	cups	sugar
3	杯子	糖

3杯糖

[wʌn] [kʌp] [mɪlk]

1	cup	milk
1	杯子	牛奶

杯牛奶

¼ ['tiːspuːn] [sɔːlt]

¼	teaspoon	salt
¼	茶匙	盐

¼茶匙盐

[wʌn] ['tiːspuːn] [və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt]

1	teaspoon	vanilla	extract
1	茶匙	香草	提炼

1茶匙香草精

[wʌn] [kʌp] [tʃɒpt] [deɪts]

1	cup	chopped	dates
1	杯子	切碎	日期

杯切碎的枣

½ [kʌp] [tʃɒpt] [nʌts]

½	cup	chopped	nuts
½	杯子	切碎	坚果

半杯碎坚果

[wʌn] [kʌp] ['kəʊkənʌt]

1	cup	coconut
1	杯子	椰子

杯椰子

[blend] ['ʃʊgə(r)] , [sɔːlt] [ænd; ənd] [mɪlk] [tə'geðə(r)] .

Blend	sugar	,	salt	and	milk	together	.
混合	糖	,	盐	和	牛奶	一起	.

将糖、盐和牛奶混合在一起。

[brɪŋ] [tuː; tə] [bɔɪl] ['əʊvə(r)] ['miːdiəm] [hiːt] [ænd; ənd] [kʊk] , ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] ,

Bring	to	boil	over	medium	heat	and	cook	,	stirring	constantly	,
带来	到	熬	超过	中等的	热	和	厨师	,	搅拌	不断地	,

用中火煮沸，并不断搅拌。

[ʌn'tɪl] ['mɪkstʃə(r)] ['tʃeɪndʒɪz] ['kʌlə(r)] ['slaɪtli] [ænd; ənd] ['θikən] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [fɔːm] [ə; eɪ] [fɜːm] [bɔːl] [ɪn]

until	mixture	changes	color	slightly	and	thickens	enough	to	form	a	firm	ball	in
直到	混合物	变化	颜色	轻微地	和	增厚	足够的	到	形式	一个	公司	球	在

[kuːl] ['wɔːtə(r)] .

cool	water	.
凉爽的	水	.

直到混合物颜色略微变化，并且足够浓稠，可以在冷水中形成一个结实的球。

[ðen] , ['wɜːkɪŋ] ['kwɪkli] , [blend] [ɪn] [və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt] , [deɪts] , [nʌts] [ænd; ənd] ['kəʊkənʌt] ,

Then	,	working	quickly	,	blend	in	vanilla	extract	,	dates	,	nuts	and	coconut	,
然后	,	在职的	迅速地	,	混合	在	香草	提炼	,	日期	,	坚果	和	椰子	,

然后迅速拌入香草精、椰枣、坚果和椰子。

[drɒp] [ɪn] ['hiːpɪŋ] ['tiːspuːn,ful] [ɒn] [wækst] ['peɪpə(r)] .

drop	in	heaping	teaspoonfuls	on	waxed	paper	.
降低	在	堆积	茶匙	在	打蜡	纸	.

将满满几茶匙的面糊滴在蜡纸上。

[ɪf] [pɑːt] [ɒv; əv] ['mɪkstʃə(r)] [ʃʊd; ʃəd] ['hɑːd(ə)n] [ɪn] [pæn] [bɪ'fɔː(r)] [juː; jʊ] [kæn; kən] [træns'fɜː(r)] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə]

If	part	of	mixture	should	harden	in	pan	before	you	can	transfer	it	to
如果	部分	的	混合物	应该	硬化	在	平底锅	前	你	能	转移	它	到

[wækst] ['peɪpə(r)] ,

waxed	paper	,
打蜡	纸	,

如果部分混合物在转移到蜡纸上之前就在锅里凝固了，

[ˌeɪ diː 'diː] ['əʊnli] [ə; eɪ] [fjuː] [drɒps] [ɒv; əv] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] [ˌriː'hiːt] ,

add	only	a	few	drops	of	water	and	reheat	,
添加	仅有的	一个	很少	滴	的	水	和	再加热	,

只需加入几滴水并重新加热即可。

['stɜːrɪŋ] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [ɔːl] ['kɒmz] [tə'geðə(r)] [ə'gen] ([ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] ['veri] [θɪk]) .

stirring	until	it	all	comes	together	again	(	it	will	be	very	thick	)	.
搅拌	直到	它	全部	来	一起	再次	(	它	将要	是	非常	厚的	)	.

不断搅拌，直到所有食材再次融合在一起（会非常浓稠）。

[meɪks] [faɪv] ['dʌz(ə)n] ['nʌgɪts] .

Makes	5	dozen	nuggets	.
制作	5	打	鸡块	.

可制作5打鸡块。

['tʃɒklət] ['tæfi]

CHOCOLATE	TAFFY
巧克力	太妃糖

巧克力太妃糖

[wʌn] [kʌp] ['wɔːtə(r)]

1	cup	water
1	杯子	水

杯水

[ˌtuː'tuː] [sk'weəz] [ˌʌn'swiːtnd] ['greɪtɪd] ['tʃɒklət]

2	squares	unsweetened	grated	chocolate
2	正方形	无糖	磨碎的	巧克力

2块无糖巧克力碎

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]

1	cup	sugar
1	杯子	糖

杯糖

[wʌn] [kʌp] [mə'læsɪz]

1	cup	molasses
1	杯子	糖蜜

杯糖蜜

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)]

2	tablespoons	butter
2	汤匙	黄油

2汤匙黄油

½ ['tiːspuːn] [və'nɪlə]

½	teaspoon	vanilla
½	茶匙	香草

½茶匙香草精

[kʊk] ['wɔːtə(r)] , ['tʃɒklət] , ['ʃʊgə(r)] ,

Cook	water	,	chocolate	,	sugar	,
厨师	水	,	巧克力	,	糖	,

煮沸水、巧克力、糖，

[mə'læsɪz] [ænd; ənd]['bʌtə(r)] [tə'geðə(r)] [ʌn'tɪl][ðə; ðɪ]['sɪrəp] [fɔ:mz] [ə; eɪ] [spft] [bɔ:l] (- [tu:; tə] -

molasses	**and**	**butter**	**together**	**until**	**the**	**syrup**	**forms**	**a**	**soft**	**ball**	**(**	**260**	**to**	**270**
糖蜜	和	黄油	一起	直到	这	糖浆	表格	一个	柔软的	球	(	-	到	-

[dɪ'gri:z] [ɪf] [θə'mɒmɪtə(r)] [ɪz] [ju:st]) [wen] [drɒpt] ['ɪntu:][kəʊld]['wɔ:tə(r)] .

degrees	**if**	**thermometer**	**is**	**used**	**)**	**when**	**dropped**	**into**	**cold**	**water**	**.**
学位	如果	温度计	是	用过的	)	什么时候	掉落	进入	寒冷的	水	.

将糖蜜和黄油混合，直到糖浆滴入冷水中时能形成一个软球（如果使用温度计，温度应为 260 至 270 度）。

[ˌeɪ di: 'di:] [və'nɪlə] [ænd; ənd][pɔ:(r)]['ɪntu:][ə; eɪ] ['bʌtəd] [pæn][tu:; tə] [ku:l] [ænd; ənd]['hɑ:d(ə)n] .

Add	**vanilla**	**and**	**pour**	**into**	**a**	**buttered**	**pan**	**to**	**cool**	**and**	**harden**	**.**
添加	香草	和	倒	进入	一个	涂黄油的	平底锅	到	凉爽的	和	硬化	.

加入香草精，倒入抹了黄油的平底锅中冷却变硬。

[wen] [stɪf] [mɑ:k] [ɒf] [ɪn] [sk'weəz] [wɪð] [ə; eɪ] [naɪf] ,

When	**stiff**	**mark**	**off**	**in**	**squares**	**with**	**a**	**knife**	**,**
什么时候	僵硬的	标记	离开	在	正方形	和	一个	刀	,

用刀将硬物划成方格，

[wen] [kəʊld][ænd; ənd]['brɪt(ə)l] [breɪk] [ɒf] [ɒn] [mɑ:kt] [sk'weəz] .

when	**cold**	**and**	**brittle**	**break**	**off**	**on**	**marked**	**squares**	**.**
什么时候	寒冷的	和	脆	休息	离开	在	标记	正方形	.

冷的时候会变脆，沿着标记好的方格断裂。

['jʌmi] [sk'weəz]

YUMMY	**SQUARES**
美味	正方形

美味方块

½ [kʌp] ['ʃɔ:tnɪŋ]

½	**cup**	**shortening**
½	杯子	缩短

半杯起酥油

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]

1	**cup**	**sugar**
1	杯子	糖

杯糖

[ˌtu:'tu:] [egz] , [wel] ['bi:t(ə)n]

2	**eggs**	**,**	**well**	**beaten**
2	鸡蛋	,	出色地	被打败

2个鸡蛋，充分打散

[wʌn] ['ti:spu:n] [və'nɪlə]

1	**teaspoon**	**vanilla**
1	茶匙	香草

1茶匙香草精

1½ [kʌp] ['sɪftɪd] [keɪk] ['flaʊə(r)]

1½	**cup**	**sifted**	**cake**	**flour**
1½	杯子	筛过的	蛋糕	面粉

1.5 杯过筛蛋糕粉

½ ['ti:spu:n] [sɔ:lt]

½	**teaspoon**	**salt**
½	茶匙	盐

½茶匙盐

[wʌn] ['ti:spu:n] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]

1	**teaspoon**	**baking**	**powder**
1	茶匙	烘烤	粉末

1茶匙泡打粉

[wʌn] [eg] [waɪt]
1 **egg** **white**
1 蛋 白色的

1个蛋清

[wʌn] [kʌp] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , ['fɜːmli] [pækt]
1 **cup** **brown** **sugar** **,** **firmly** **packed**
1 杯子 棕色的 糖 , 牢牢 包装

杯红糖，压实

[wʌn] [kʌp] [tʃɒpt] [nʌts]
1 **cup** **chopped** **nuts**
1 杯子 切碎 坚果

杯切碎的坚果

[wɜːk] ['ʃɔːtnɪŋ] [ʌn'tɪl] ['kriːmi] .
Work **shortening** **until** **creamy** **.**
工作 缩短 直到 奶油状 .

将起酥油搅打至浓稠。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['ʃʊgə(r)] , [wɜːk] [ʌn'tɪl] [laɪt] .
Then **add** **the** **sugar** **,** **work** **until** **light** **.**
然后 添加 这 糖 , 工作 直到 光 .

然后加入糖，搅拌至颜色变浅。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [tuː] [wel] ['biːt(ə)n] [egz] [ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Add **the** **two** **well** **beaten** **eggs** **and** **vanilla** **.**
添加 这 二 出色地 被打败 鸡蛋 和 香草 .

加入两个打散的鸡蛋和香草精。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['flaʊə(r)] , [sɔːlt] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] ['sɪftɪd] [tə'geðə(r)] .
Then **add** **the** **flour** **,** **salt** **,** **baking** **powder** **sifted** **together** **.**
然后 添加 这 面粉 , 盐 , 烘烤 粉末 筛过的 一起 .

然后加入过筛后的面粉、盐和泡打粉。

[mɪks] [wel] [ænd; ənd] [spred] [ɪn] [griːzd] [pæn] , - [baɪ][naɪn][baɪ][ˌtuː'tuː] ['ɪntʃɪz] .
Mix **well** **and** **spread** **in** **greased** **pan** **,** **13** **by** **9** **by** **2** **inches** **.**
混合 出色地 和 传播 在 涂油 平底锅 , - 经过 9 经过 2 英寸 .

充分混合后，铺入抹了油的烤盘中，烤盘尺寸为 13 x 9 x 2 英寸。

[biːt] [ðə; ði] [eg] [waɪt] [ʌn'tɪl] [stɪf] .
Beat **the** **egg** **white** **until** **stiff** **.**
打 这 蛋 白色的 直到 僵硬的 .

将蛋白打发至硬性发泡。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] .
Then **add** **brown** **sugar** **.**
然后 添加 棕色的 糖 .

然后加入红糖。

[kən'tɪnjuː] ['biːtɪŋ] [ʌn'tɪl] [stɪf] .
Continue **beating** **until** **stiff** **.**
继续 殴打 直到 僵硬的 .

继续搅拌至变硬。

[ðen] [fəʊld][ɪn] [nʌts] .
Then **fold** **in** **nuts** **.**
然后 折叠 在 坚果 .

然后拌入坚果。

[spred] ['əʊvə(r)]['mɪkstʃə(r)][ɪn][pæn][ænd; ənd] [beɪk] [æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .
Spread **over** **mixture** **in** **pan** **and** **bake** **at** **375** **degrees** **for** **25** **minutes** **.**
传播 超过 混合物 在 平底锅 和 烤 在 - 学位 为了 - 分钟 .

将混合物铺在烤盘上，放入预热至 375 度的烤箱烘烤 25 分钟。

[kʌt] [ɪn] [skˈweəz] .
Cut **in** **squares** **.**
切 在 正方形 .

切成方块。

['deɪnti] [tiː] ['kʊkiz]
DAINTY **TEA** **COOKIES**
纤巧 茶 曲奇饼

精致茶饼干

[wʌn] [kʌp] ['bʌtə(r)]
1 **cup** **butter**
1 杯子 黄油

杯黄油

⅔ [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
⅔ **cup** **sugar**
⅔ 杯子 糖

⅔ 杯糖

[wʌn] [eg]
1 **egg**
1 蛋

1个鸡蛋

2½ [kʌps] [ɔːl] ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]
2½ **cups** **all** **purpose** **flour**
2½ 杯子 全部 目的 面粉

2.5 杯通用面粉

½ ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]
½ **teaspoon** **baking** **powder**
½ 茶匙 烘烤 粉末

½茶匙泡打粉

⅛ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
⅛ **teaspoon** **salt**
⅛ 茶匙 盐

⅛茶匙盐

[wʌn] ['tiːspuːn] ['ɑːmənd] ['ekstrækt; ɪk'strækt]
1 **teaspoon** **almond** **extract**
1 茶匙 杏仁 提炼

1茶匙杏仁提取物

[kriːm] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] ['ʃʊgə(r)] .
Cream **butter** **and** **sugar** **.**
奶油 黄油 和 糖 .

搅打黄油和糖。

[ˌeɪ diː 'diː] [eg] [ænd; ənd] [mɪks] ['θʌrəli] .
Add **egg** **and** **mix** **thoroughly** **.**
添加 蛋 和 混合 彻底 .

加入鸡蛋并充分搅拌。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] [wɪtʃ] [hæv; həv] [biːn] [mɪkst] [ænd; ənd] ['sɪftɪd] [tə'geðə(r)] .
Then **add** **dry** **ingredients** **which** **have** **been** **mixed** **and** **sifted** **together** **.**
然后 添加 干燥 原料 哪个 有 到过 混合 和 筛过的 一起 .

然后加入混合过筛后的干料。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ekstrækt; ɪk'strækt] .
Add **extract** **.**
添加 提炼 .

加入提取物。

[pʊt] [θruː] ['kʊki] [pres] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] [hɒt] ['ʌv(ə)n] - [dɪ'griːz] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .

Put	**through**	**cookie**	**press**	**and**	**bake**	**in**	**hot**	**oven**	**400**	**degrees**	**10**	**to**	**12**	**minutes**	**.**
放	通过	曲奇饼	按	和	烤	在	热的	烤箱	-	学位	-	到	-	分钟	.

将面团放入饼干压模器中，然后在400度的烤箱中烘烤10到12分钟。

['piːkən] ['kʊkiz]

PECAN	**COOKIES**
胡桃	曲奇饼

山核桃饼干

[wʌn] [kʌp] ['bʌtə(r)]

1	**cup**	**butter**
1	杯子	黄油

杯黄油

1½ ['teɪbəlˌspuːnz] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)]

1½	**tablespoons**	**powdered**	**sugar**
1½	汤匙	粉末状	糖

1.5汤匙糖粉

[ˌtuː'tuː] [kʌps] [keɪk] ['flaʊə(r)]

2	**cups**	**cake**	**flour**
2	杯子	蛋糕	面粉

杯蛋糕粉

[wʌn] ['tiːspuːn] ['wɔːtə(r)]

1	**teaspoon**	**water**
1	茶匙	水

1茶匙水

[wʌn] ['tiːspuːn] [və'nɪlə]

1	**teaspoon**	**vanilla**
1	茶匙	香草

1茶匙香草精

1½ [kʌps] [tʃɒpt] [pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz]

1½	**cups**	**chopped**	**pecans**
1½	杯子	切碎	山核桃

1.5 杯切碎的山核桃

[kriːm] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] ['ʃʊgə(r)] .

Cream	**butter**	**and**	**sugar**	**.**
奶油	黄油	和	糖	.

搅打黄油和糖。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʌðə(r)] [ɪn'griːdiənts] .

Add	**other**	**ingredients**	**.**
添加	其他	原料	.

加入其他配料。

[mɪks] [ʌn'tɪl] [dəʊ] [kæn; kən] [biː; bi] ['hændld] .

Mix	**until**	**dough**	**can**	**be**	**handled**	**.**
混合	直到	面团	能	是	处理	.

搅拌至面团可以操作即可。

[meɪk] ['ɪntuː] [lɑːdʒ] [saɪz] [bɔːlz] .

Make	**into**	**large**	**size**	**balls**	**.**
制作	进入	大的	尺寸	球	.

做成大球。

[beɪk] [ɪn] ['veri] [sləʊ] ['ʌv(ə)n] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .

Bake	**in**	**very**	**slow**	**oven**	**for**	**20**	**minutes**	**.**
烤	在	非常	慢的	烤箱	为了	-	分钟	.

用低温烤箱烘烤20分钟。

[rɪ'muːv] [frɒm; frəm]['ʌv(ə)n] , [let] [kuːl] [ænd; ənd][rəʊl][ɪn] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)] . [faɪv]

Remove	**from**	**oven**	**,**	**let**	**cool**	**and**	**roll**	**in**	**powdered**	**sugar**	**.**	**5**
消除	从	烤箱	,	让	凉爽的	和	卷	在	粉末状	糖	.	5

从烤箱中取出，冷却后裹上糖粉。5

[kriːm] [pɹ'eɪlaɪnz]

CREAM	**PRALINES**
奶油	果仁糖

奶油果仁糖

[wʌn] [paʊnd] [lait] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]

1	**pound**	**light**	**brown**	**sugar**
1	磅	光	棕色的	糖

1磅浅棕糖

¾ [kʌp] [ɪ'væpəreɪtɪd] [mɪlk]

¾	**cup**	**evaporated**	**milk**
¾	杯子	蒸发	牛奶

¾ 杯淡奶

1½ [kʌps] ['piːkən] [hɑːvz]

1½	**cups**	**pecan**	**halves**
1½	杯子	胡桃	一半

1.5 杯半颗山核桃

[mɪks] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðə(r)] [ɪn] ['hevi] ['sɔːspən] .

Mix	**ingredients**	**together**	**in**	**heavy**	**saucepan**	**.**
混合	原料	一起	在	重的	平底锅	.

将所有材料放入厚底平底锅中混合均匀。

[kʊk] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] , ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] [ʌn'tɪl] ['ʃʊgə(r)][ɪz] [dɪ'zɒlvd] .

Cook	**over**	**low**	**heat**	**,**	**stirring**	**constantly**	**until**	**sugar**	**is**	**dissolved**	**.**
厨师	超过	低的	热	,	搅拌	不断地	直到	糖	是	溶解	.

用小火加热，不断搅拌，直到糖完全溶解。

[kən'tɪnjuː] ['kʊkɪŋ] ['əʊvə(r)] ['miːdiəm] [hiːt] [tuː; tə] [sɒft] - [bɔːl] [steɪdʒ] (- [dɪ'griː] [ef] .) , ['stɜːrɪŋ]

Continue	**cooking**	**over**	**medium**	**heat**	**to**	**soft**	**-**	**ball**	**stage**	**(**	**360**	**degree**	**F**	**.**	**)**	**,**	**stirring**
继续	烹饪	超过	中等的	热	到	柔软的	-	球	阶段	(	-	程度	F	.	)	,	搅拌

['kɒnstəntli] .

constantly	**.**
不断地	.

继续用中火烹煮至软球阶段（360华氏度），不断搅拌。

[let] ['kændi] [kuːl] ['slaɪtli] , [ə'baʊt] [faɪv] ['mɪnɪts] , [ðen] [biːt] [ʌn'tɪl] ['mɪkstʃə(r)] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] ['θɪkən] .

Let	**candy**	**cool**	**slightly**	**,**	**about**	**5**	**minutes**	**,**	**then**	**beat**	**until**	**mixture**	**begins**	**to**	**thicken**	**.**
让	糖果	凉爽的	轻微地	,	关于	5	分钟	,	然后	打	直到	混合物	开始	到	加厚	.

让糖果稍微冷却约 5 分钟，然后搅拌至混合物开始变稠。

[drɒp] ['kændi] ['ræpɪdli] [frɒm; frəm] [ə; eɪ] ['teɪblspuːn] ['ɪntuː] ['peɪpə(r)] ['beɪkɪŋ] [kʌps] [set] ['ɪntuː] ['mʌfɪn] [pænz]

Drop	**candy**	**rapidly**	**from**	**a**	**tablespoon**	**into**	**paper**	**baking**	**cups**	**set**	**into**	**muffin**	**pans**
降低	糖果	快速	从	一个	汤匙	进入	纸	烘烤	杯子	放	进入	松饼	平底锅

[ɔː(r)]['ɒntə][ə; eɪ] [ʃiːt] [ɒv; əv][ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][fɔɪl][ɔː(r)]['ɒntə][ə; eɪ] [wel] - ['bʌtəd] ['beɪkɪŋ]

or	**onto**	**a**	**sheet**	**of**	**aluminum**	**foil**	**or**	**onto**	**a**	**well**	**-**	**buttered**	**baking**
或者	到	一个	床单	的	铝	挫败	或者	到	一个	出色地	-	涂黄油的	烘烤

[ʃiːt] .

sheet	**.**
床单	.

将糖果迅速从汤匙滴入放在松饼盘中的纸杯蛋糕托里，或者滴入一张铝箔纸上，或者滴入涂满黄油的烤盘上。

[ɪf] ['kændi] [bɪ'kʌmz] [tuː] [stɪf] [æt; ət][ðə; ðiː][lɑːst][tuː; tə][drɒp]['ɪntuː] [smuːð] ['pætiz] ,

If	**candy**	**becomes**	**too**	**stiff**	**at**	**the**	**last**	**to**	**drop**	**into**	**smooth**	**patties**	**,**
如果	糖果	变成	也	僵硬的	在	这	最后的	到	降低	进入	光滑的	肉饼	,

如果糖果在最后阶段变得太硬，无法变成光滑的饼状，

[stɜː(r)][ɪn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][hɒt]['wɔːtə(r)] .

stir	**in**	**a**	**little**	**hot**	**water**	**.**
搅拌	在	一个	小的	热的	水	.

加入少量热水搅拌。

[ðiːz] [pɹ'eɪlaɪnz][hæv; həv][ə; eɪ][mɔː(r)] ['delɪkət] ['fleɪvə(r)] [wen] [prɪ'peəd] [wɪð] [laɪt] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] .

These	**pralines**	**have**	**a**	**more**	**delicate**	**flavor**	**when**	**prepared**	**with**	**light**	**brown**	**sugar**	**.**
这些	果仁糖	有	一个	更多的	精美的	味道	什么时候	准备	和	光	棕色的	糖	.

用浅红糖制作的这些果仁糖味道更细腻。

[ɪf] ['əʊnli] [dɑːk] ['ʃʊgə(r)][ɪz][ə'veɪləb(ə)l] ,

If	**only**	**dark**	**sugar**	**is**	**available**	**,**
如果	仅有的	黑暗的	糖	是	可用的	,

如果只有黑糖的话

['sʌbstɪtjuːt] 1½ [kʌps] [waɪt] ['grænjʊleɪtɪd]['ʃʊgə(r)][ænd; ənd][wʌn][kʌp] ['fɜːmli] [pækt] [dɑːk] [braʊn]

substitute	**1½**	**cups**	**white**	**granulated**	**sugar**	**and**	**1**	**cup**	**firmly**	**packed**	**dark**	**brown**
代替	1½	杯子	白色的	颗粒状	糖	和	1	杯子	牢牢	包装	黑暗的	棕色的

['ʃʊgə(r)][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][wʌn] [paʊnd] [laɪt] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] .

sugar	**for**	**the**	**1**	**pound**	**light**	**brown**	**sugar**	**.**
糖	为了	这	1	磅	光	棕色的	糖	.

用 1.5 杯白砂糖和 1 杯压实的深红糖代替 1 磅浅红糖。

[ˌverɪ'eʃən]

VARIATIONS

变体

变体

['kɒfi] - [kriːm] [pɹ'eɪlaɪnz] :

Coffee	**-**	**Cream**	**Pralines**	**:**
咖啡	-	奶油	果仁糖	:

咖啡奶油果仁糖:

[ˌeɪ diː 'diː] 1½ ['tiːspuːn] ['ɪnstənt] ['kɒfi] [tuː; tə][ðə; ði]['ʃʊgə(r)] , [ɪ'væpəreɪtɪd] [mɪlk][ænd; ənd]['piːkən]

Add	**1½**	**teaspoons**	**instant**	**coffee**	**to**	**the**	**sugar**	**,**	**evaporated**	**milk**	**and**	**pecan**
添加	1½	茶匙	立即的	咖啡	到	这	糖	,	蒸发	牛奶	和	胡桃

['mɪkstʃə(r)][ænd; ənd] [kʊk] [æz; əz] [ə'bʌv] .

mixture	**and**	**cook**	**as**	**above**	**.**
混合物	和	厨师	作为	多于	.

将 1½ 茶匙速溶咖啡加入糖、淡奶和山核桃混合物中，然后按上述方法烹煮。

['ʃeri] - [kriːm] [pɹ'eɪlaɪnz] : ['ɑːftə(r)][ðə; ði]['kændi][ɪz] [kʊkt] [ænd; ənd] [kuːld] ['slaɪtli] ,

Sherry	**-**	**Cream**	**Pralines**	**:**	**After**	**the**	**candy**	**is**	**cooked**	**and**	**cooled**	**slightly**	**,**
雪利酒	-	奶油	果仁糖	:	后	这	糖果	是	煮熟	和	冷却	轻微地	,

雪利奶油果仁糖：糖果煮熟并稍微冷却后，

[stɜː(r)][ɪn][wʌn] ['teɪblspuːn] [draɪ] ['ʃeri] [ɔː(r)] ['ʃeri] ['fleɪvərɪŋ] [ænd; ənd] [prə'siːd] [æz; əz] [ə'bʌv] .

stir	**in**	**1**	**tablespoon**	**dry**	**sherry**	**or**	**sherry**	**flavoring**	**and**	**proceed**	**as**	**above**	**.**
搅拌	在	1	汤匙	干燥	雪利酒	或者	雪利酒	调味	和	继续	作为	多于	.

加入 1 汤匙干雪利酒或雪利酒调味料，然后按上述步骤操作。

['dʒɪndʒə(r)] - [kriːm] [pɹ'eɪlaɪnz] :

Ginger	**-**	**Cream**	**Pralines**	**:**
姜	-	奶油	果仁糖	:

姜味奶油果仁糖:

[ˌeɪ diː 'diː][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['faɪnli] [kʌt] ['kændid] ['dʒɪndʒə(r)][tuː; tə][ðə; ði]['ʃʊgə(r)] ,

Add	**2**	**tablespoons**	**finely**	**cut**	**candied**	**ginger**	**to**	**the**	**sugar**	**,**
添加	2	汤匙	精细地	切	脯	姜	到	这	糖	,

在糖中加入2汤匙切碎的蜜饯姜，

[ɪ'væpəreɪtɪd] [mɪlk] [ænd; ənd] ['piːkən] ['mɪkstʃə(r)] [ænd; ənd] [kʊk] [æz; əz] [ə'bʌv] .

evaporated	**milk**	**and**	**pecan**	**mixture**	**and**	**cook**	**as**	**above**	**.**
蒸发	牛奶	和	胡桃	混合物	和	厨师	作为	多于	.

将淡奶和山核桃混合物按上述方法烹制。

['eɪprɪkɒt] ['snəubɔːl]

APRICOT	**SNOWBALLS**
杏	雪球

杏子雪球

[eit] [aʊns] ['pækɪdʒ] [ɒv; əv] ['eɪprɪkɒts]

8	**ounce**	**package**	**of**	**apricots**
8	盎司	包裹	的	杏子

8盎司装杏干

[wʌn] [smɔːl] [kæn; kən] [ɒv; əv] ['kəʊkənʌt]

1	**small**	**can**	**of**	**coconut**
1	小的	能	的	椰子

1小罐椰子

⅔ [kʌp] [ɒv; əv] [pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz]

⅔	**cup**	**of**	**pecans**
⅔	杯子	的	山核桃

⅔ 杯山核桃

[graɪnd] [ðə; ðɪ] [ə'bʌv] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðə(r)] [θruː] [fuːd] ['tʃɒpə(r)] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] :

Grind	**the**	**above**	**ingredients**	**together**	**through**	**food**	**chopper**	**and**	**add**	**:**
研磨	这	多于	原料	一起	通过	食物	直升机	和	添加	:

将以上食材用食物料理机搅碎，然后加入：

[ˌtuː'tuː] ['tiːspuːn] ['ɒrɪndʒ] [dʒuːs]

2	**teaspoons**	**orange**	**juice**
2	茶匙	橙子	汁

2茶匙橙汁

[fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)]

4	**tablespoons**	**powdered**	**sugar**
4	汤匙	粉末状	糖

4汤匙糖粉

[ʃeɪp] ['ɪntuː] [smɔːl] [bɔːlz] ([saɪz] [ɒv; əv] ['wɔːlnʌts]) .

Shape	**into**	**small**	**balls**	**(**	**size**	**of**	**walnuts**	**)**	**.**
形状	进入	小的	球	(	尺寸	的	核桃	)	.

搓成小球（核桃大小）。

[rəʊl] [ɪn] ['grænjʊleɪtɪd] ['ʃʊgə(r)] [ænd; ənd] [stɔː(r)] [tuː; tə] ['siːz(ə)n] [ɪn] ['taɪtli] ['kʌvəd] [kən'teɪnə(r)] ([ə'baʊt]

Roll	**in**	**granulated**	**sugar**	**and**	**store**	**to**	**season**	**in**	**tightly**	**covered**	**container**	**(**	**about**
卷	在	颗粒状	糖	和	店铺	到	季节	在	紧紧	涵盖	容器	(	关于

[tuː] [wiːks]) [bʌt; bət] [wɪl] [kiːp] [fɔː(r); fə(r)] [mʌnθs] .

two	**weeks**	**)**	**but**	**will**	**keep**	**for**	**months**	**.**
二	周	)	但	将要	保持	为了	几个月	.

裹上砂糖，放入密封容器中腌制（约两周），但可以保存数月。

['mæntəs]

MANTAS
蝠鲼

蝠鲼

[stɑːt] ['hiːtɪŋ] ['ʌv(ə)n] [tuː; tə] - [dɪ'griːz] .

Start	**heating**	**oven**	**to**	**350**	**degrees**	**.**
开始	加热	烤箱	到	-	学位	.

将烤箱预热至350度。

[griːs] ['kʊki] [ʃiːt] [ænd; ənd] [sɪft] [tə'geðə(r)] :

Grease	cookie	sheet	and	sift	together	:
润滑脂	曲奇饼	床单	和	筛	一起	:

在烤盘上抹油，然后将面粉一起过筛：

3¾ [kʌps] ['sɪftɪd] [ɔːl] ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]

3¾	cups	sifted	all	purpose	flour
3¾	杯子	筛过的	全部	目的	面粉

3¾ 杯过筛通用面粉

[wʌn] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə]

1	teaspoon	baking	soda
1	茶匙	烘烤	苏打

1茶匙小苏打

½ ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]

½	teaspoon	baking	powder
½	茶匙	烘烤	粉末

½茶匙泡打粉

[wʌn] ['tiːspuːn] ['sɪnəmən]

1	teaspoon	cinnamon
1	茶匙	肉桂

1茶匙肉桂

[wʌn] ['tiːspuːn] ['nʌtmeg]

1	teaspoon	nutmeg
1	茶匙	肉豆蔻

1茶匙肉豆蔻

½ ['tiːspuːn] ['ɔːlspaɪs]

½	teaspoon	allspice
½	茶匙	多香果

½茶匙五香粉

¼ ['tiːspuːn] [graʊnd] [kləʊvz]

¼	teaspoon	ground	cloves
¼	茶匙	地面	丁香

¼茶匙丁香粉

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]

½	teaspoon	salt
½	茶匙	盐

½茶匙盐

[ˌeɪ diː 'diː] [ə'baʊt] ¼ [kʌp] [ɒv; əv] ['flaʊə(r)] ['mɪkstʃə(r)] [tuː; tə] ¾ [kʌp] [laɪt] [ɔː(r)] [dɑːk] ['reɪzɪnz] [ænd; ənd] ¾ [kʌp] [tʃɒpt] ['wɔːlnʌts] .

Add	about	¼	cup	of	flour	mixture	to	¾	cup	light	or	dark	raisins	and	¾	cup	chopped	walnuts	.
添加	关于	¼	杯子	的	面粉	混合物	到	¾	杯子	光	或者	黑暗的	葡萄干	和	¾	杯子	切碎	核桃	.

将约 1/4 杯面粉混合物加入 3/4 杯浅色或深色葡萄干和 3/4 杯切碎的核桃中。

[ɪn] [lɑːdʒ] [ɪ'lektrɪk] ['mɪksə(r)] [bəʊl] [wɪð] ['mɪksə(r)] [æt; ət] ['miːdiəm] [spiːd] [ɔː(r)] “ [kriːm] ” [mɪks] :

In	large	electric	mixer	bowl	with	mixer	at	medium	speed	or	“	cream	”	mix	:
在	大的	电的	混合器	碗	和	混合器	在	中等的	速度	或者	“	奶油	”	混合	:

在大号电动搅拌机碗中，以中速搅拌或“搅打”成糊状：

[wʌn] [kʌp] [sɒft] ['ʃɔːtnɪŋ]

1	cup	soft	shortening
1	杯子	柔软的	缩短

1 杯软化起酥油

[wʌn] [kʌp] [dɑ:k] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [pækt]

1	cup	dark	brown	sugar	,	packed
1	杯子	黑暗的	棕色的	糖	,	包装

杯红糖（压实）

[wʌn] [kʌp] ['grænjʊleɪtɪd] ['ʃʊgə(r)]

1	cup	granulated	sugar
1	杯子	颗粒状	糖

1 杯砂糖

[ˌtu:'tu:] [egz]

2	eggs
2	鸡蛋

2个鸡蛋

[ʌn'tɪl] ['flʌfi] , [ə'baʊt] [fɔ:r] ['mɪnɪts] .

until	fluffy	,	about	4	minutes	.
直到	蓬松的	,	关于	4	分钟	.

煮至蓬松，约4分钟。

[naʊ] , [æt; ət] [ləʊ] [spi:d] [ɔ:(r)] “ [blend] ” [bi:t] [ɪn] [ɔ:l'tɜ:nətli] ,

Now	,	at	low	speed	or	“	blend	”	beat	in	alternately	,
现在	,	在	低的	速度	或者	“	混合	”	打	在	交替	,

现在，以低速或“混合”方式交替打入，

[rest] [ɒv; əv] [ðə; ði] [fɔ:(r)] ['mɪkstʃər] [ænd; ənd] [wʌn] [kʌp] [ɒv; əv] ['bʌtəmɪlk] .

rest	of	the	four	mixtures	and	1	cup	of	buttermilk	.
休息	的	这	四	混合物	和	1	杯子	的	酪乳	.

剩余的四种混合物和 1 杯酪乳。

[wen] [dəʊ] [ɪz] [wel] ['blendɪd] [stɜ:(r)] [ɪn] [wʌn] ['ti:spu:n] [və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt] [ænd; ənd] ['reɪzn] -

When	dough	is	well	blended	stir	in	1	teaspoon	vanilla	extract	and	raisin	-
什么时候	面团	是	出色地	混合	搅拌	在	1	茶匙	香草	提炼	和	葡萄干	-

[nʌt] ['mɪkstʃə(r)] .

nut	mixture	.
坚果	混合物	.

面团充分混合后，拌入 1 茶匙香草精和葡萄干坚果混合物。

[drɒp] [dəʊ] [baɪ] ['raʊndɪd] ['teɪblˌspu:nfʊl] [ɒn] [tu:; tə] ['kʊki] [ʃi:t] .

Drop	dough	by	rounded	tablespoonful	on	to	cookie	sheet	.
降低	面团	经过	圆润	一汤匙	在	到	曲奇饼	床单	.

用圆勺舀取面团，放在烤盘上。

[beɪk] - [tu:; tə] - ['mɪnɪts] [ɔ:(r)] [ʌn'tɪl] [dʌn] .

Bake	15	to	20	minutes	or	until	done	.
烤	-	到	-	分钟	或者	直到	完毕	.

烘烤15至20分钟或直至烤熟。

[meɪks] [sɪks] ['dʌz(ə)n] ['kʊkiz] .

Makes	six	dozen	cookies	.
制作	六	打	曲奇饼	.

可做六打饼干。

['bʌtə(r)] [bɔ:lz]

BUTTER	BALLS
黄油	球

黄油球

[wʌn] [kʌp] ['bʌtə(r)]

1	cup	butter
1	杯子	黄油

杯黄油

[fɔːr] ['tiːspuːn] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)]
4 **teaspoons** **powdered** **sugar**
4 茶匙 粉末状 糖

4茶匙糖粉

[wʌn] ['tiːspuːn] [və'nɪlə]
1 **teaspoon** **vanilla**
1 茶匙 香草

1茶匙香草精

[ˌtuː'tuː] [kʌps] ['sɪftɪd] ['flaʊə(r)]
2 **cups** **sifted** **flour**
2 杯子 筛过的 面粉

2杯过筛面粉

[wʌn] [kʌp] [nʌts] , [tʃɒpt]
1 **cup** **nuts** **,** **chopped**
1 杯子 坚果 , 切碎

杯切碎的坚果

[kriːm] ['bʌtə(r)] ; [ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)][ænd; ənd] [kən'tɪnjuː] [tuː; tə] [biːt] [ʌn'tɪl] [lait] .
Cream **butter** **;** **add** **sugar** **and** **continue** **to** **beat** **until** **light** **.**
奶油 黄油 ; 添加 糖 和 继续 到 打 直到 光 .

搅打黄油；加入糖，继续搅打至颜色变浅。

[ˌeɪ diː 'diː] [və'nɪlə] .
Add **vanilla** **.**
添加 香草 .

加入香草精。

[ˌeɪ diː 'diː] ['sɪftɪd] ['flaʊə(r)][ænd; ənd][mɪks] [wel] ; [fəʊld][ɪn] [tʃɒpt] [nʌts] .
Add **sifted** **flour** **and** **mix** **well** **;** **fold** **in** **chopped** **nuts** **.**
添加 筛过的 面粉 和 混合 出色地 ; 折叠 在 切碎 坚果 .

加入过筛的面粉并搅拌均匀；拌入切碎的坚果。

[ʃeɪp] ['ɪntuː] [bɔːlz] [ɒn][æn; ən] [ʌn'griːst] ['beɪkɪŋ] [ʃiːt] .
Shape **into** **balls** **on** **an** **ungreased** **baking** **sheet** **.**
形状 进入 球 在 一个 未涂油的 烘烤 床单 .

在未涂油的烤盘上将面团揉成球状。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] - [dɪ'griːz] ['ʌv(ə)n] - - - ['mɪnɪts] .
Bake **in** **a** **moderate** **350** **degrees** **oven** **15** **-** **18** **minutes** **.**
烤 在 一个 缓和 - 学位 烤箱 - - - 分钟 .

在 350 度的烤箱中烘烤 15-18 分钟。

[rəʊl][ɪn] [kən'fɛkʃənərz] ['ʃʊgə(r)] [waɪl] [stɪl] [hɒt] .
Roll **in** **confectioner's** **sugar** **while** **still** **hot** **.**
卷 在 糖果商 糖 尽管 仍然 热的 .

趁热裹上糖粉。

[ˌʌn'kʊkt] ['əʊtmiːl] ['kʊkiz]
UNCOOKED **OATMEAL** **COOKIES**
生 麦片 曲奇饼

未煮熟的燕麦饼干

[ˌtuː'tuː] [kʌps] ['ʃʊgə(r)]
2 **cups** **sugar**
2 杯子 糖

2杯糖

[wʌn] [stɪk] [ˌəʊlɪəʊˌmɑːdʒə'riːn]
1 **stick** **oleomargarine**
1 戳 人造黄油

条人造黄油

[ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['kəʊkəʊ]
2 **tablespoons** **cocoa**
2 汤匙 可可

2汤匙可可粉

½ [kʌp] [mɪlk]
½ **cup** **milk**
½ 杯子 牛奶

半杯牛奶

[bɔɪl] [fɔː(r); fə(r)] [wʌn] ['mɪnɪt] , [rɪ'muːv] [frɒm; frəm] ['faɪə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] [kʌp] [tʃɒpt] [nʌts] (
Boil **for** **one** **minute** **,** **remove** **from** **fire** **,** **add** **one** **cup** **chopped** **nuts** **(**
['ɒpʃən(ə)l]) ,
optional **)** **,**
选修的) ,

煮沸一分钟，离火，加入一杯切碎的坚果（可选），

[θriː] [kʌps] [ˌʌn'kʊkt] ['əʊtmiːl] ; [drɒp] [baɪ] ['tiːspuːnfʊl] [ɒn] ['kʊki] [ʃiːt] ([duː; də] [nɒt] [beɪk]) , [kuːl]
3 **cups** **uncooked** **oatmeal** **;** **drop** **by** **teaspoonful** **on** **cookie** **sheet** **(** **do** **not** **bake** **)** **,** **cool**
3 杯子 生 麦片 ; 降低 经过 一茶匙 在 曲奇饼 床单 (做 不是 烤) , 凉爽的
, ['redi] [tuː; tə] [sɜːv] . [sɪks]
, **ready** **to** **serve** **.** **6**
, 准备好 到 服务 . 6

3 杯生燕麦片；用茶匙舀取，放在烤盘上（无需烘烤），冷却后即可食用。6

['kəʊkənʌt] [pə'teɪtəʊ] [fʌdʒ]
COCONUT **POTATO** **FUDGE**
椰子 土豆 做傻事

椰子土豆软糖

[wʌn] ['miːdiəm] [saɪz] [bɔɪld] [pə'teɪtəʊ]
1 **medium** **size** **boiled** **potato**
1 中等的 尺寸 煮沸 土豆

1个中等大小的煮土豆

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] [kən'fekʃənəri] ['ʃʊgə(r)]
2 **cups** **confectionery** **sugar**
2 杯子 糖果 糖

杯糖粉

⅛ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
⅛ **teaspoon** **salt**
⅛ 茶匙 盐

⅛茶匙盐

[wʌn] [kʌp] ['ʃredɪd] ['kəʊkənʌt]
1 **cup** **shredded** **coconut**
1 杯子 碎 椰子

杯椰丝

½ ['tiːspuːn] [və'nɪlə]
½ **teaspoon** **vanilla**
½ 茶匙 香草

½茶匙香草精

[θriː] [sk'weəz] [ˌʌn'swiːtnd] ['tʃɒklət]
3 **squares** **unsweetened** **chocolate**
3 正方形 无糖 巧克力

3块无糖巧克力

[mæʃ] [bɔɪld] [pə'teɪtəʊ][ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt] , ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd]['kəʊkənʌt] .

Mash	**boiled**	**potato**	**and**	**add**	**salt**	**,**	**sugar**	**and**	**coconut**	**.**
捣碎	煮沸	土豆	和	添加	盐	,	糖	和	椰子	.

将煮熟的土豆捣成泥，加入盐、糖和椰蓉。

[mɪks] [wel] , [ˌeɪ diː 'diː] [və'nɪlə] [ænd; ənd][mɪks] [ə'gen] .

Mix	**well**	**,**	**add**	**vanilla**	**and**	**mix**	**again**	**.**
混合	出色地	,	添加	香草	和	混合	再次	.

充分搅拌，加入香草精，再次搅拌。

[pres] ['ɪntuː][sɪks][baɪ][sɪks] [ɪntʃ] [skweə(r)][pæn] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] [laɪnd] [wɪð] [wæks]['peɪpə(r)] .

Press	**into**	**6**	**by**	**6**	**inch**	**square**	**pan**	**which**	**has**	**been**	**lined**	**with**	**wax**	**paper**	**.**
按	进入	6	经过	6	英寸	正方形	平底锅	哪个	有	到过	衬里	和	蜡	纸	.

将面团压入铺有蜡纸的 6 英寸 x 6 英寸的方形烤盘中。

[melt] ['tʃɒklət] ['əʊvə(r)][hɒt]['wɔːtə(r)][ænd; ənd][pɔː(r)]['əʊvə(r)][pə'teɪtəʊ]['mɪkstʃə(r)] .

Melt	**chocolate**	**over**	**hot**	**water**	**and**	**pour**	**over**	**potato**	**mixture**	**.**
熔化	巧克力	超过	热的	水	和	倒	超过	土豆	混合物	.

将巧克力隔水融化，然后浇在土豆混合物上。

[let] [stænd] [ʌn'tɪl] [fɜːm][ænd; ənd] [kʌt] .

Let	**stand**	**until**	**firm**	**and**	**cut**	**.**
让	站立	直到	公司	和	切	.

静置至凝固后切块。

[biː; bi][ʃʊə(r)][nɒt][tuː; tə] [stɑːt] [wɪð] [bɪg][pə'teɪtəʊ] , [juːz] ['miːdiəm] [saɪzd][pə'teɪtəʊ] .

Be	**sure**	**not**	**to**	**start**	**with**	**big**	**potato**	**,**	**use**	**medium**	**sized**	**potato**	**.**
是	当然	不是	到	开始	和	大的	土豆	,	使用	中等的	尺寸	土豆	.

切记不要用大土豆，要用中等大小的土豆。

[deɪt] [dɪ'vɪnəti] [drɒps]

DATE	**DIVINITY**	**DROPS**
日期	神	滴

日期神滴

[wʌn][kʌp] [kʌt] - [ʌp] [deɪts]

1	**cup**	**cut**	**-**	**up**	**dates**
1	杯子	切	-	向上	日期

杯切碎的枣

⅓ [kʌp] ['faɪnli] [kʌt] [nʌts]

⅓	**cup**	**finely**	**cut**	**nuts**
⅓	杯子	精细地	切	坚果

⅓ 杯切碎的坚果

½ [kʌp] ['ɪnstənt] [ˌnɒn'fæt][draɪ] [mɪlk]

½	**cup**	**instant**	**nonfat**	**dry**	**milk**
½	杯子	立即的	脱脂	干燥	牛奶

半杯速溶脱脂奶粉

1⅔ [kʌps] ['sɪftɪd] , ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)]

1⅔	**cups**	**sifted**	**,**	**powdered**	**sugar**
1⅔	杯子	筛过的	,	粉末状	糖

1⅔ 杯过筛糖粉

[ˌtuː'tuː]['dʌz(ə)n] [m'ɑːʃmelˌəʊz]

2	**dozen**	**marshmallows**
2	打	棉花糖

两打棉花糖

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['wɔːtə(r)]

3	**tablespoons**	**water**
3	汤匙	水

3汤匙水

[wʌn] ['tiːspuːn] [və'nɪlə]
1 **teaspoon** **vanilla**
1 茶匙 香草

1茶匙香草精

[kʌt] [deɪts] [ænd; ənd] [nʌts] ['ɪntuː]['taɪni] ['piːsɪz] [ə'baʊt][ðə; ðɪ][saɪz][ɒv; əv] ['piːz] .
Cut **dates** **and** **nuts** **into** **tiny** **pieces** **about** **the** **size** **of** **peas** **.**
切 日期 和 坚果 进入 微小的 件 关于 这 尺寸 的 豌豆 .

将枣和坚果切成豌豆大小的小块。

[mɪks] [mɪlk] [ænd; ənd] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd][let][stænd][ʌn'tɪl] ['niːdɪd] .
Mix **milk** **and** **powdered** **sugar** **and** **let** **stand** **until** **needed** **.**
混合 牛奶 和 粉末状 糖 和 让 站立 直到 需要 .

将牛奶和糖粉混合，静置备用。

[pʊt] [m'ɑːʃmɛlˌəʊz] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)]['ɪntuː][ə; eɪ] 1½ - [kwɔːt] ['sɔːspən] .
Put **marshmallows** **and** **water** **into** **a** **1½** **-** **quart** **saucepan** **.**
放 棉花糖 和 水 进入 一个 1½ - 夸脱 平底锅 .

将棉花糖和水放入 1.5 夸脱的平底锅中。

[stɜː(r)]['əʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] [ʌn'tɪl] [m'ɑːʃmɛlˌəʊz] [melt] .
Stir **over** **low** **heat** **until** **marshmallows** **melt** **.**
搅拌 超过 低的 热 直到 棉花糖 熔化 .

小火搅拌至棉花糖融化。

[rɪ'muːv] [frɒm; frəm] [hiːt] .
Remove **from** **heat** **.**
消除 从 热 .

离火。

[ˌeɪ diː 'diː] [mɪlk] [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)]['mɪkstʃə(r)] , [ɔːl][æt; ət][wʌns] , [ænd; ənd] [biːt] [ʌn'tɪl] [smuːð] .
Add **milk** **and** **sugar** **mixture** **,** **all** **at** **once** **,** **and** **beat** **until** **smooth** **.**
添加 牛奶 和 糖 混合物 , 全部 在 一次 , 和 打 直到 光滑的 .

一次性加入牛奶和糖的混合物，搅拌至顺滑。

[mɪks][ɪn] [wel] , [ðə; ðɪ] [deɪts] , [nʌts] [ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Mix **in** **well** **,** **the** **dates** **,** **nuts** **and** **vanilla** **.**
混合 在 出色地 , 这 日期 , 坚果 和 香草 .

将枣、坚果和香草精充分混合。

[drɒp] [frɒm; frəm][ə; eɪ] ['tiːspuːn] ['ɒntə] [wækst] ['peɪpə(r)][ɔː(r)] ['bʌtəd] [pæn] .
Drop **from** **a** **teaspoon** **onto** **waxed** **paper** **or** **buttered** **pan** **.**
降低 从 一个 茶匙 到 打蜡 纸 或者 涂黄油的 平底锅 .

用茶匙舀到蜡纸或涂了黄油的平底锅上。

[let] [stænd][æt; ət] [ruːm] ['temprətʃə(r)] [ʌn'tɪl][fɜːm] , [ə'baʊt][θriː] ['aʊəz] .
Let **stand** **at** **room** **temperature** **until** **firm** **,** **about** **3** **hours** **.**
让 站立 在 房间 温度 直到 公司 , 关于 3 小时 .

在室温下静置至凝固，约3小时。

[meɪks] 2½ ['dʌz(ə)n] .
Makes **2½** **dozen** **.**
制作 2½ 打 .

可做2.5打。

['teksəs] ['brɪt(ə)l]
TEXAS **BRITTLE**
德克萨斯州 脆

德州脆化剂

½ [kʌp]['wɔːtə(r)]
½ **cup** **water**
½ 杯子 水

半杯水

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]

1	cup	sugar
1	杯子	糖

杯糖

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['bʌtə(r)]

1	tablespoon	butter
1	汤匙	黄油

1汤匙黄油

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]

½	teaspoon	salt
½	茶匙	盐

½茶匙盐

[ˌtuː'tuː] [kʌps] [pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz] , ['brəʊkən]

2	cups	pecans	,	broken
2	杯子	山核桃	,	破碎的

杯碎山核桃

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [mə'læsɪz]

2	tablespoons	molasses
2	汤匙	糖蜜

2汤匙糖蜜

[wʌn] [kwɔːt] ['sɪəriəl] [fleɪks]

1	quart	cereal	flakes
1	夸脱	谷物	薄片

1夸脱谷物片

[wʌn] ['tiːspuːn] ['vɪnɪgə(r)]

1	teaspoon	vinegar
1	茶匙	醋

1茶匙醋

[bɔɪl] ['ʃʊgə(r)] , ['wɔːtə(r)] , ['vɪnɪgə(r)] , [mə'læsɪz] , ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] [sɔːlt] [tə'geðə(r)] [ʌn'tɪl] ['mɪkstʃə(r)]

Boil	sugar	,	water	,	vinegar	,	molasses	,	butter	and	salt	together	until	mixture
熬	糖	,	水	,	醋	,	糖蜜	,	黄油	和	盐	一起	直到	混合物

[bɪ'kʌmz] ['brɪt(ə)l] [ɪn] [kəʊld] ['wɔːtə(r)] .

becomes	brittle	in	cold	water	.
变成	脆	在	寒冷的	水	.

将糖、水、醋、糖蜜、黄油和盐一起煮沸，直到混合物在冷水中变得易碎。

[pɔː(r)] ['sɪrəp] ['əʊvə(r)] ['sɪəriəl] [fleɪks] [ænd; ənd] ['piːkən] [mɪks] .

Pour	syrup	over	cereal	flakes	and	pecan	mix	.
倒	糖浆	超过	谷物	薄片	和	胡桃	混合	.

将糖浆淋在麦片和山核桃混合物上。

[stɜː(r)] ['kwɪkli] [ænd; ənd] [fɔːm] ['ɪntuː] [smɔːl] [bɔːlz] .

Stir	quickly	and	form	into	small	balls	.
搅拌	迅速地	和	形式	进入	小的	球	.

快速搅拌并搓成小球。

['tʃɒklət] ['bʌtə(r)] ['piːkən] [bɑːrz]

CHOCOLATE	BUTTER	PECAN	BARS
巧克力	黄油	胡桃	酒吧

巧克力黄油山核桃棒

1½ [kʌps] [ɔːl] ['pɜːpəs] ['flaʊə(r)]

1½	cups	all	purpose	flour
1½	杯子	全部	目的	面粉

1.5 杯通用面粉

[ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]

2	**teaspoons**	**baking**	**powder**
2	茶匙	烘烤	粉末

2茶匙泡打粉

½ [kʌp] ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn]

½	**cup**	**butter**	**or**	**margarine**
½	杯子	黄油	或者	人造黄油

半杯黄油或人造黄油

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [pækt]

2	**cups**	**brown**	**sugar**	**,**	**packed**
2	杯子	棕色的	糖	,	包装

杯红糖（压实）

[ˌtuːˈtuː] [egz]

2	**eggs**
2	鸡蛋

2个鸡蛋

[wʌn] ['tiːspuːn] [və'nɪlə]

1	**teaspoon**	**vanilla**
1	茶匙	香草

1茶匙香草精

1¼ [kʌps] [tʃɒpt] [pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz]

1¼	**cups**	**chopped**	**pecans**
1¼	杯子	切碎	山核桃

1¼ 杯切碎的山核桃

¾ [kʌp] ['tʃɒklət] [tʃɪps]

¾	**cup**	**chocolate**	**chips**
¾	杯子	巧克力	芯片

¾ 杯巧克力片

[hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] - [dɪ'griːz] .

Heat	**oven**	**to**	**350**	**degrees**	**.**
热	烤箱	到	-	学位	.

将烤箱预热至350度。

[griːs] [ænd; ənd]['flaʊə(r)] - [baɪ]['sɛvən][baɪ] 1½ [ɪntʃ] [pæn] .

Grease	**and**	**flour**	**11**	**by**	**7**	**by**	**1½**	**inch**	**pan**	**.**
润滑脂	和	面粉	-	经过	7	经过	1½	英寸	平底锅	.

在 11 x 7 x 1½ 英寸的烤盘上抹油并撒上面粉。

[sɪft] ['flaʊə(r)] [wɪð] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] .

Sift	**flour**	**with**	**baking**	**powder**	**.**
筛	面粉	和	烘烤	粉末	.

将面粉和泡打粉一起过筛。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

来自美国国民的食谱(Recipes from American National)
第2/3页

[melt] ['bʌtə(r)] [ɪn] ['sɔ:spən] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [hi:t] ; [ˌeɪ di: 'di:]['ʃʊgə(r)] ; [brɪŋ] [tu:; tə] [bɔɪl] , ['stɜ:rɪŋ] .

Melt	**butter**	**in**	**saucepan**	**over**	**low**	**heat**	**;**	**add**	**sugar**	**;**	**bring**	**to**	**boil**	**,**	**stirring**	**.**
熔化	黄油	在	平底锅	超过	低的	热	;	添加	糖	;	带来	到	熬	,	搅拌	.

用小火在平底锅中融化黄油；加入糖；搅拌至沸腾。

[ku:l] [ʌn'tɪl] [ˌlu:k'wɔ:m] .

Cool	**until**	**lukewarm**	**.**
凉爽的	直到	温	.

冷却至温热。

[drɒp] [ɪn] [egz] [wʌn][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] , ['mɪksɪŋ] [wel] .

Drop	**in**	**eggs**	**one**	**at**	**a**	**time**	**,**	**mixing**	**well**	**.**
降低	在	鸡蛋	一	在	一个	时间	,	混合	出色地	.

将鸡蛋一个一个地放入锅中，搅拌均匀。

[mɪks][ɪn] [və'nɪlə] , ['flaʊə(r)]['mɪkstʃə(r)][ænd; ənd] ½ [kʌp] [ɒv; əv][ðə; ði][pɪ'kænz; pɪ'kɑ:nz] .

Mix	**in**	**vanilla**	**,**	**flour**	**mixture**	**and**	**½**	**cup**	**of**	**the**	**pecans**	**.**
混合	在	香草	,	面粉	混合物	和	½	杯子	的	这	山核桃	.

加入香草精、面粉混合物和半杯山核桃。

[tɜ:n] ['ɪntu:][pæn] .

Turn	**into**	**pan**	**.**
转动	进入	平底锅	.

倒入平底锅。

['sprɪŋk(ə)l] ½ [kʌp] ['tʃɒklət] [tʃɪps] , ['aɪðə(r)] [həʊl] [ɔ:(r)] [tʃɒpt] [faɪn] , ['əʊvə(r)][ðə; ði]['mɪkstʃə(r)]

Sprinkle	**½**	**cup**	**chocolate**	**chips**	**,**	**either**	**whole**	**or**	**chopped**	**fine**	**,**	**over**	**the**	**mixture**
撒	½	杯子	巧克力	芯片	,	任何一个	所有的	或者	切碎	美好的	,	超过	这	混合物

在混合物上撒上 ½ 杯巧克力片，可以是整片的，也可以是切碎的。

[ænd; ənd] [ðen] ['sprɪŋk(ə)l] [rɪ'meɪnɪŋ] [pɪ'kænz; pɪ'kɑ:nz]['əʊvə(r)] [ðæt] .

and	**then**	**sprinkle**	**remaining**	**pecans**	**over**	**that**	**.**
和	然后	撒	其余的	山核桃	超过	那	.

然后把剩下的山核桃撒在上面。

[beɪk] [ʌn'tɪl] [dʌn] , - [tu:; tə] - ['mɪnɪts] .

Bake	**until**	**done**	**,**	**25**	**to**	**30**	**minutes**	**.**
烤	直到	完毕	,	-	到	-	分钟	.

烤至熟透，约25至30分钟。

[ku:l] [ɪn][pæn] [ðen] [kʌt][ɪn] [sk'weəz] .

Cool	**in**	**pan**	**then**	**cut**	**in**	**squares**	**.**
凉爽的	在	平底锅	然后	切	在	正方形	.

在锅中冷却后切成方块。

[ði:z] ['kʊki] [kʌts] [kæn; kən][bi:; bi] [meɪd] ['aɪðə(r)][baɪ][hænd][ɔ:(r)] [ɪ'lektrɪk] ['mɪksə(r)] .

These	**cookie**	**cuts**	**can**	**be**	**made**	**either**	**by**	**hand**	**or**	**electric**	**mixer**	**.**
这些	曲奇饼	削减	能	是	制成	任何一个	经过	手	或者	电的	混合器	.

这些饼干模具可以用手工或电动搅拌机制作。

[kri:m] [tʃi:z] ['kʊkiz]

CREAM	**CHEESE**	**COOKIES**
奶油	奶酪	曲奇饼

奶油芝士饼干

[wʌn] [kʌp] [ˌmɑːdʒəˈriːn]
1 **cup** **margarine**
1 杯子 人造黄油

杯人造黄油

[wʌn] [θriː] - [aʊns] [ˈpækɪdʒ] [kriːm] [tʃiːz]
1 **three** **-** **ounce** **package** **cream** **cheese**
1 三 - 盎司 包裹 奶油 奶酪

1包3盎司的奶油奶酪

[wʌn] [kʌp] [ˈʃʊgə(r)]
1 **cup** **sugar**
1 杯子 糖

杯糖

[wʌn] [eg] , [ˈbiːt(ə)n]
1 **egg** **,** **beaten**
1 蛋 , 被打败

1个鸡蛋，打散

[wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ˈlemən] [dʒuːs]
1 **tablespoon** **lemon** **juice**
1 汤匙 柠檬 汁

1汤匙柠檬汁

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [ˈgreɪtɪd] [ˈlemən] [raɪnd]
1 **teaspoon** **grated** **lemon** **rind**
1 茶匙 磨碎的 柠檬 果皮

1茶匙磨碎的柠檬皮

2½ [kʌps] [ˈflaʊə(r)]
2½ **cups** **flour**
2½ 杯子 面粉

2.5 杯面粉

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [ˈbeɪkɪŋ] [ˈpaʊdə(r)]
1 **teaspoon** **baking** **powder**
1 茶匙 烘烤 粉末

1茶匙泡打粉

[wʌn] [kʌp] [kənˈfɛkʃənərz] [ˈʃʊgə(r)]
1 **cup** **confectioner's** **sugar**
1 杯子 糖果商 糖

杯糖粉

[ˌtuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ˈlemən] [dʒuːs]
2 **tablespoons** **lemon** **juice**
2 汤匙 柠檬 汁

2汤匙柠檬汁

½ [kʌp] [tʃɒpt] [pɪˈkænz; pɪˈkɑːnz]
½ **cup** **chopped** **pecans**
½ 杯子 切碎 山核桃

半杯切碎的山核桃

[blend] [təˈgeðə(r)] [ðə; ði] [ˌmɑːdʒəˈriːn] [ænd; ənd] [ðə; ði] [kriːm] [tʃiːz] .
Blend **together** **the** **margarine** **and** **the** **cream** **cheese** **.**
混合 一起 这 人造黄油 和 这 奶油 奶酪 .

将人造黄油和奶油奶酪混合在一起。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ðə; ði] [kʌp] [ɒv; əv] [ˈgrænjʊleɪtɪd] [ˈʃʊgə(r)] , [ænd; ənd] [kriːm] [ˈθʌrəli] .
Add **the** **cup** **of** **granulated** **sugar** **,** **and** **cream** **thoroughly** **.**
添加 这 杯子 的 颗粒状 糖 , 和 奶油 彻底 .

加入一杯砂糖，充分搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [eg] , ['lemən][dʒuːs][ænd; ənd][raɪnd] , [ænd; ənd][blend] [wel] .

Add	**the**	**egg**	**,**	**lemon**	**juice**	**and**	**rind**	**,**	**and**	**blend**	**well**	**.**
添加	这	蛋	,	柠檬	汁	和	果皮	,	和	混合	出色地	.

加入鸡蛋、柠檬汁和柠檬皮，搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['flaʊə(r)][ænd; ənd] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] ['sɪftɪd] [tə'geðə(r)] .

Add	**the**	**flour**	**and**	**baking**	**powder**	**sifted**	**together**	**.**
添加	这	面粉	和	烘烤	粉末	筛过的	一起	.

将面粉和泡打粉一起过筛后加入。

[pleɪs] [ðə; ði] [dəʊ] [ɪn][ðə; ði][rɪ'frɪdʒəreɪtə(r)][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] [tuː; tə] [tʃɪl] [ˌaɪ 'tiː] .

Place	**the**	**dough**	**in**	**the**	**refrigerator**	**for**	**a**	**few**	**minutes**	**to**	**chill**	**it**	**.**
地方	这	面团	在	这	冰箱	为了	一个	很少	分钟	到	寒意	它	.

将面团放入冰箱冷藏几分钟。

[fɔːs] [ˌtuː'tuː] - [ɪntʃ] ['rɪbən] [strɪps] [θruː] [ə; eɪ] ['kʊki] [pres] ['ɒntə] [ʌn'griːst] ['beɪkɪŋ] [ʃiːts] .

Force	**2**	**-**	**inch**	**ribbon**	**strips**	**through**	**a**	**cookie**	**press**	**onto**	**ungreased**	**baking**	**sheets**	**.**
力量	2	-	英寸	丝带	条状物	通过	一个	曲奇饼	按	到	未涂油的	烘烤	纸张	.

将 2 英寸宽的条状面团通过饼干压模器压到未涂油的烤盘上。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] , - [dɪ'griːz] , [eit][tuː; tə] - ['mɪnɪts] , [ɔː(r)][ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn]

Bake	**in**	**a**	**moderate**	**oven**	**,**	**375**	**degrees**	**,**	**8**	**to**	**10**	**minutes**	**,**	**or**	**until**	**lightly**	**browned**
烤	在	一个	缓和	烤箱	,	-	学位	,	8	到	-	分钟	,	或者	直到	轻轻	棕色

.

:

.

在 375 度的烤箱中烘烤 8 到 10 分钟，或直至表面呈浅棕色。

[blend] [ðə; ði][kʌp][ɒv; əv] [kən'fɛkʃənərz] ['ʃʊgə(r)] [wɪð] [ðə; ði]['leмən][dʒuːs] .

Blend	**the**	**cup**	**of**	**confectioner's**	**sugar**	**with**	**the**	**lemon**	**juice**	**.**
混合	这	杯子	的	糖果商	糖	和	这	柠檬	汁	.

将一杯糖粉与柠檬汁混合。

[wen] [ðə; ði] ['kʊkiz] [ɑː(r); ə(r)] [kuːl] , [dɪp][ðə; ði][endz]['ɪntuː] [ðɪs] ['frɒstɪŋ] , [ðen] [ɪn][ðə; ði] [tʃɒpt]

When	**the**	**cookies**	**are**	**cool**	**,**	**dip**	**the**	**ends**	**into**	**this**	**frosting**	**,**	**then**	**in**	**the**	**chopped**
什么时候	这	曲奇饼	是	凉爽的	,	蘸	这	结束	进入	这	糖霜	,	然后	在	这	切碎

[pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz] .

pecans	**.**
山核桃	.

饼干冷却后，将两端蘸上糖霜，再蘸上切碎的山核桃。

[jiːldz] 4½ ['dʌz(ə)n] ['kʊkiz] . ['sɛvən]

Yields	**4½**	**dozen**	**cookies**	**.**	**7**
产量	4½	打	曲奇饼	.	7

可制作4.5打饼干。

· [miːts] · ['siːfuːdz] · ['pəʊltri] ·

·	**MEATS**	·	**SEAFOODS**	·	**POULTRIES**	·
·	肉类	·	海鲜	·	家禽	·

·肉类 ·海鲜 ·家禽

['riːəl] [hʌŋ'geəriən] [stʌft] ['kæbɪdʒ]

REAL	**HUNGARIAN**	**STUFFED**	**CABBAGE**
真实的	匈牙利	填充	卷心菜

正宗匈牙利酿卷心菜

[teɪk] [wʌn] ['feəli] [lɑːdʒ] [hed] [ɒv; əv] ['kæbɪdʒ] ([biː; bi]['sɜːt(ə)n][ðə; ði] [liːvz] [ɑː(r); ə(r)][nɒt] [tɔːn]) .

Take	**1**	**fairly**	**large**	**head**	**of**	**cabbage**	**(**	**be**	**certain**	**the**	**leaves**	**are**	**not**	**torn**	**)**	**.**
拿	1	相当	大的	头	的	卷心菜	(	是	肯定	这	树叶	是	不是	撕裂	)	.

取一个较大的卷心菜（确保叶子没有破损）。

['luːs(ə)n][ðə; ði] [liːvz] [wɪð] [ə; eɪ] [naɪf] , [wɒʃ] [ðem; ðəm][ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn][ə; eɪ] [lɑːdʒ] [pæn] .

Loosen	**the**	**leaves**	**with**	**a**	**knife**	**,**	**wash**	**them**	**and**	**place**	**in**	**a**	**large**	**pan**	**.**
松开	这	树叶	和	一个	刀	,	洗	他们	和	地方	在	一个	大的	平底锅	.

用刀将叶子拨松，洗净后放入一个大平底锅中。

[pɔː(r)] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)]['əʊvə(r)][ðə; ði] [liːvz] , ['kʌvə(r)][ænd; ənd][let] [stiːm] [tuː; tə] ['sɒfn] .

Pour	**boiling**	**water**	**over**	**the**	**leaves**	**,**	**cover**	**and**	**let**	**steam**	**to**	**soften**	**.**
倒	沸腾	水	超过	这	树叶	,	覆盖	和	让	蒸汽	到	软化	.

将沸水浇在叶子上，盖上盖子，让蒸汽将其软化。

['fɪlɪŋ]

FILLING

填充

填充

[wʌn] [paʊnd] [ɒv; əv] [graʊnd] [raʊnd]

1	**pound**	**of**	**ground**	**round**
1	磅	的	地面	圆形的

1磅碎牛肉

[wʌn] [smɔːl] ['ʌnjən] [daɪst]

1	**small**	**onion**	**diced**
1	小的	洋葱	切丁

1个小洋葱切丁

½ [kʌp] [ˌʌn'kʊkt] [raɪs] , [səʊkt] [fɔː(r); fə(r)] ½ ['aʊə(r)][ɪn][kəʊld]['wɔːtə(r)]

½	**cup**	**uncooked**	**rice**	**,**	**soaked**	**for**	**½**	**hour**	**in**	**cold**	**water**
½	杯子	生	米	,	浸泡过	为了	½	小时	在	寒冷的	水

半杯生米，用冷水浸泡半小时

[ˌtuː'tuː] ['aʊnsɪz] [tə'mɑːtəʊ][dʒuːs][ɔː(r)][tə'mɑːtəʊ] [sɔːs] [θɪnd] [wɪð] ['wɔːtə(r)]

2	**ounces**	**tomato**	**juice**	**or**	**tomato**	**sauce**	**thinned**	**with**	**water**
2	盎司	番茄	汁	或者	番茄	酱	变薄	和	水

2盎司番茄汁或番茄酱用水稀释

[sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][tuː; tə] [teɪst]

salt	**and**	**pepper**	**to**	**taste**
盐	和	胡椒	到	品尝

盐和胡椒粉适量

[mɪks][ɔːl] [ɪn'griːdiənts] [wel] .

Mix	**all**	**ingredients**	**well**	**.**
混合	全部	原料	出色地	.

将所有材料混合均匀。

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['kʊkɪŋ] [juː'tens(ə)l] , [wʌn]['ʌnjən] [slaɪst] , [wʌn]['miːdiəm][kæn; kən][ɒv; əv] ['saʊəkraʊt] ,

For	**the**	**cooking**	**utensil**	**,**	**1**	**onion**	**sliced**	**,**	**1**	**medium**	**can**	**of**	**sauerkraut**	**,**
为了	这	烹饪	用具	,	1	洋葱	切片	,	1	中等的	能	的	酸菜	,

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['ʃɔːtnɪŋ] ,

1	**tablespoon**	**shortening**	**,**
1	汤匙	缩短	,

烹饪用具：1个切片的洋葱，1罐中等大小的酸菜，1汤匙起酥油，

[braʊn] ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd][wʌn] [smɔːl] [kæn; kən][ɒv; əv][tə'mɑːtəʊ] [sɔːs] .

brown	**sugar**	**and**	**1**	**small**	**can**	**of**	**tomato**	**sauce**	**.**
棕色的	糖	和	1	小的	能	的	番茄	酱	.

红糖和一小罐番茄酱。

[meɪk] [ðə; ði] ['kæbɪdʒ] [rəʊlz] , [laɪn] ['bɒtəm] [ɒv; əv][pæn] [wɪð] ['ʌnjən] [ænd; ənd]['kʌvə(r)] [wɪð] [ə; eɪ]['leɪə(r)]

Make	the	cabbage	rolls	,	line	bottom	of	pan	with	onion	and	cover	with	a	layer
制作	这	卷心菜	卷	,	线	底部	的	平底锅	和	洋葱	和	覆盖	和	一个	层

[ɒv; əv] ['saʊəkraʊt] .

of	sauerkraut	.
的	酸菜	.

先做卷心菜卷，然后在锅底铺上洋葱，再铺上一层酸菜。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] , [sɔ:lt][ænd; ənd] ['ʃɔ:tnɪŋ] .

Sprinkle	with	a	little	brown	sugar	,	salt	and	shortening	.
撒	和	一个	小的	棕色的	糖	,	盐	和	缩短	.

撒上少许红糖、盐和起酥油。

[pleɪs] [ə; eɪ]['leɪə(r)][ɒv; əv][rəʊlz][ɪn][ðə; ði][ju:'tens(ə)l][ænd; ənd][ˌeɪ di: 'di:][sʌm; səm][tə'mɑ:təʊ] [sɔ:s] .

Place	a	layer	of	rolls	in	the	utensil	and	add	some	tomato	sauce	.
地方	一个	层	的	卷	在	这	用具	和	添加	一些	番茄	酱	.

在容器中铺一层面包卷，再加入一些番茄酱。

[rɪ'pi:t] [ðɪs] [prə'si:dʒə(r)] , [ɪk'sept] ['ʃɔ:tnɪŋ] , [ʌn'tɪl] [ɔ:l][ðə; ði] [ɪn'gri:diənts] [ɑ:(r); ə(r)] [ju:st] .

Repeat	this	procedure	,	except	shortening	,	until	all	the	ingredients	are	used	.
重复	这	程序	,	除了	缩短	,	直到	全部	这	原料	是	用过的	.

重复上述步骤，但不要使用起酥油，直到所有原料用完为止。

['kʌvə(r)] [wɪð] ['wɔ:tə(r)][ænd; ənd] [kʊk] ['kʌvəd] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [hi:t] [fɔ:(r); fə(r)] [tu:] ['aʊəz] .

Cover	with	water	and	cook	covered	over	low	heat	for	two	hours	.
覆盖	和	水	和	厨师	涵盖	超过	低的	热	为了	二	小时	.

加水没过食材，盖上盖子，用小火煮两个小时。

[ðɪs] [ɪz] [dɪ'lɪʃəs] ['ɑ:ftə(r)][ˌaɪ 'ti:][hæz; həz] [bi:n] ['frəʊz(ə)n] .

This	is	delicious	after	it	has	been	frozen	.
这	是	可口的	后	它	有	到过	冷冻	.

冷冻后味道更佳。

['kæbɪdʒ] [ænd; ənd] [pɔ:k] [tʃɒps]

CABBAGE	AND	PORK	CHOPS
卷心菜	和	猪肉	排骨

卷心菜和猪排

[eɪt] [li:n] [pɔ:k] [tʃɒps]

8	lean	pork	chops
8	倾斜	猪肉	排骨

8块瘦猪排

[sɪks] ['mi:diəm] ['ʌnjənz] [slaɪst] ['peɪpə(r)] [θɪn]

6	medium	onions	sliced	paper	thin
6	中等的	洋葱	切片	纸	薄的

6个中等大小的洋葱，切成薄片。

[wʌn][kæn; kən][tə'mɑ:təʊ] [sɔ:s] , [smɔ:l]

1	can	tomato	sauce	,	small
1	能	番茄	酱	,	小的

1罐小番茄酱

[wʌn][nəʊ] . [ˌtu:'tu:][kæn; kən] [pi:ld] [tə'mɑ:təʊz]

1	No	.	2	can	peeled	tomatoes
1	不	.	2	能	去皮	西红柿

1罐2号去皮番茄

¼ [kʌp] ['ɒlɪv] [ɔɪl][ɔ:(r)]['bʌtə(r)]

¼	cup	olive	oil	or	butter
¼	杯子	橄榄	油	或者	黄油

¼ 杯橄榄油或黄油

¼ ['tiːspuːn] [blæk] ['pepə(r)]
¼ teaspoon black pepper
¼ 茶匙 黑色的 胡椒

¼茶匙黑胡椒

[sɔːlt][tuː; tə] [teɪst]
salt to taste
盐 到 品尝

加盐调味

[wʌn] [lɑːdʒ] ['kæbɪdʒ] ([kʌt] ['saʊəkraʊt] [staɪl])
1 large cabbage (cut sauerkraut style)
1 大的 卷心菜 (切 酸菜 风格)

个大卷心菜（切成酸菜状）

[pleɪs] [ɪn] [lɑːdʒ] [diːp] [pɒt][ðə; ði][ɔɪl][ɔː(r)]['bʌtə(r)] .
Place in large deep pot the oil or butter .
地方 在 大的 深的 锅 这 油 或者 黄油 .

将油或黄油放入一个大的深锅中。

[ˌeɪ diː 'diː] [pɔːk] [tʃɒps] [ænd; ənd] [braʊn] ['laɪtli] .
Add pork chops and brown lightly .
添加 猪肉 排骨 和 棕色的 轻轻 .

加入猪排，煎至表面略呈棕色。

[rɪ'muːv] [ðə; ði] [tʃɒps] [frɒm; frəm][ðə; ði][pɒt][ænd; ənd] [pleɪs] [ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ] [dɪʃ] .
Remove the chops from the pot and place them in a dish .
消除 这 排骨 从 这 锅 和 地方 他们 在 一个 盘子 .

将肉排从锅中取出，放入盘中。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['ʌnjənz] , ['səʊteɪ][fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] [ɪn][ðə; ði][hɒt][ɔɪl] ['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] .
Add the onions , sauté for 15 minutes in the hot oil stirring constantly .
添加 这 洋葱 , 炒 为了 - 分钟 在 这 热的 油 搅拌 不断地 .

加入洋葱，用热油不断翻炒 15 分钟。

[ˌeɪ diː 'diː][təˈmɑːtəʊz][ænd; ənd][ðə; ði] [sɔːs] .
Add tomatoes and the sauce .
添加 西红柿 和 这 酱 .

加入番茄和酱汁。

[kʊk] ['əʊvə(r)] [sləʊ] ['faɪə(r)][fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] , ['stɜːrɪŋ] ['evri] - ['mɪnɪts] .
Cook over slow fire for 1 hour , stirring every 10 minutes .
厨师 超过 慢的 火 为了 1 小时 , 搅拌 每一个 - 分钟 .

用小火慢炖 1 小时，每 10 分钟搅拌一次。

[ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt] , ['pepə(r)][ænd; ənd][ðə; ði] ['laɪtli] [braʊn] [tʃɒps] .
Add salt , pepper and the lightly browned chops .
添加 盐 , 胡椒 和 这 轻轻 棕色 排骨 .

加入盐、胡椒粉和略微煎至金黄的猪排。

[kʊk] ['sləʊli] [fɔː(r); fə(r)] ½ ['aʊə(r)] .
Cook slowly for ½ hour .
厨师 缓慢地 为了 ½ 小时 .

慢火炖煮半小时。

[ˌeɪ diː 'diː] ['kæbɪdʒ] ['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] [ʌn'tɪl][ɔːl][ɪz] [juːst] .
Add cabbage little at a time until all is used .
添加 卷心菜 小的 在 一个 时间 直到 全部 是 用过的 .

分次少量加入卷心菜，直到全部用完。

[stɜː(r)] ['kɒnstəntli] .
Stir constantly .
搅拌 不断地 .

不断搅拌。

[kʊk] [ʌn'tɪl] ['tendə(r)] .
Cook **until** **tender** **.**
厨师 直到 投标 .

煮至软烂。

[sɜ:v] [hɒt] [wɪð] ['kɔ:nbred] [ɔ:(r)] [hɒt] ['bɪskɪts] .
Serve **hot** **with** **cornbread** **or** **hot** **biscuits** **.**
服务 热的 和 玉米面包 或者 热的 饼干 .

趁热配玉米面包或热饼干食用。

[sɜ:rvz] [sɪks] [tu:; tə] [eit] [p'ɜ:sənz] .
Serves **6** **to** **8** **persons** **.**
服务 6 到 8 人 .

可供 6 至 8 人食用。

[kwɪk] [ˌkælə'fɔ:niə] - [staɪl] ['bə:gəz]
QUICK **CALIFORNIA** **-** **STYLE** **BURGERS**
快的 加利福尼亚州 - 风格 汉堡

加州风味快手汉堡

[ˌtu:'tu:] [paʊndz] [graʊnd] [bi:f]
2 **pounds** **ground** **beef**
2 磅 地面 牛肉

2磅碎牛肉

¼ [kʌp] ['faɪnli] [tʃɒpt] [gri:n] ['pepəz]
¼ **cup** **finely** **chopped** **green** **peppers**
¼ 杯子 精细地 切碎 绿色的 辣椒

¼ 杯切碎的青椒

¼ [kʌp] ['faɪnli] [tʃɒpt] ['ʌnjənz]
¼ **cup** **finely** **chopped** **onions**
¼ 杯子 精细地 切碎 洋葱

¼ 杯切碎的洋葱

½ [kʌp] ['faɪnli] [tʃɒpt] [raɪp] ['ɒlɪvz]
½ **cup** **finely** **chopped** **ripe** **olives**
½ 杯子 精细地 切碎 成熟 橄榄

半杯切碎的成熟橄榄

[wʌn] [kæn; kən] [tə'mɑ:təʊ] [su:p] ([ˌædæp'teɪʃn])
1 **can** **tomato** **soup** **(** **adaptation** **)**
1 能 番茄 汤 (适应)

罐番茄汤（改编）

[wʌn] [kæn; kən] [spə'geti] [sɔ:s] [wɪð] ['mʌʃrʊmz] ([ˌædæp'teɪʃn])
1 **can** **spaghetti** **sauce** **with** **mushrooms** **(** **adaptation** **)**
1 能 意大利细面条 酱 和 蘑菇 (适应)

1 罐蘑菇意大利面酱（改编）

[wʌn] ['pækɪdʒ] [kri:m] [tʃi:z] [wɪð] [tʃaɪvz] ([ˌædæp'teɪʃn])
1 **package** **cream** **cheese** **with** **chives** **(** **adaptation** **)**
1 包裹 奶油 奶酪 和 细香葱 (适应)

1 包香葱奶油奶酪（改编）

[ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] ['kʊkɪŋ] [ɔɪl]
2 **tablespoons** **cooking** **oil**
2 汤匙 烹饪 油

2汤匙食用油

[kəm'baɪn] [fɜːst][θriː] [ɪn'griːdiənts] , ['ædɪŋ] [ˌtuː'tuː] ['dæʃɪz] [ɒv; əv] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs] [ænd; ənd][wʌn]

Combine	first	3	ingredients	,	adding	2	dashes	of	Worcestershire	sauce	and	one
结合	第一的	3	原料	,	添加	2	破折号	的	伍斯特郡	酱	和	一

[dæʃ] [ɒv; əv]['lɪkwɪd]['gɑːlɪk] .

dash	of	liquid	garlic	.
短跑	的	液体	蒜	.

将前 3 种配料混合，加入 2 滴伍斯特沙司和 1 滴蒜蓉汁。

[meɪk] ['ɪntuː] - [θɪn] ['pætiz] .

Make	into	10	thin	patties	.
制作	进入	-	薄的	肉饼	.

做成10个薄饼。

[sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][æz; əz][dɪ'zaɪəd] .

Salt	and	pepper	as	desired	.
盐	和	胡椒	作为	想要的	.

根据个人口味加入盐和胡椒粉。

[kəm'baɪn] [tʃiːz] [ænd; ənd][raɪp] ['ɒlɪvz] [ænd; ənd] [pleɪs] [ə; eɪ] ['teɪbl̩spuːnfʊl] [ɪn][ðə; ðɪ]['sentə(r)][ɒv; əv]

Combine	cheese	and	ripe	olives	and	place	a	tablespoonful	in	the	center	of
结合	奶酪	和	成熟	橄榄	和	地方	一个	一汤匙	在	这	中心	的

[faɪv] ['pætiz] [ænd; ənd]['flæt(ə)n] .

five	patties	and	flatten	.
五	肉饼	和	压平	.

将奶酪和成熟的橄榄混合，取一汤匙放在五个肉饼的中心，然后压扁。

['kʌvə(r)] [wɪð] [rɪ'meɪnɪŋ] ['pætiz] , ['presɪŋ] ['edʒɪz] [tuː; tə][sɪ'kjʊə(r)] .

Cover	with	remaining	patties	,	pressing	edges	to	secure	.
覆盖	和	其余的	肉饼	,	紧迫	边缘	到	安全的	.

用剩余的肉饼盖住，按压边缘使其固定。

[braʊn] [ɪn] ['kʊkɪŋ] [ɔɪl][æt; ət] - [dɪ'griːz] , [bəuθ][saɪdz] .

Brown	in	cooking	oil	at	380	degrees	,	both	sides	.
棕色的	在	烹饪	油	在	-	学位	,	两个都	侧面	.

用380度的食用油煎至两面金黄。

[tɜːn] [tuː; tə] ['sɪmə(r)] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][tə'mɑːtəʊ] [suːp] [ænd; ənd] [spə'geti] [sɔːs] .

Turn	to	simmer	and	add	tomato	soup	and	spaghetti	sauce	.
转动	到	煨	和	添加	番茄	汤	和	意大利细面条	酱	.

转小火慢炖，加入番茄汤和意大利面酱。

[ɪf] [tuː] [θɪk] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][viː] - [eit][ɔː(r)][tə'mɑːtəʊ][dʒuːs] .

If	too	thick	add	a	little	V	-	8	or	tomato	juice	.
如果	也	厚的	添加	一个	小的	V	-	8	或者	番茄	汁	.

如果太稠，可以加一点V-8蔬菜汁或番茄汁。

[ə'laʊ] [tuː; tə] ['sɪmə(r)] - ['mɪnɪts] , ['tɜːnɪŋ] [wʌns] .

Allow	to	simmer	20	minutes	,	turning	once	.
允许	到	煨	-	分钟	,	转弯	一次	.

小火慢炖 20 分钟，期间翻面一次。

[sɜːv] [ɪn]['bɜːgə(r)] [bʌnz] [wɪð] [ðə; ðɪ] [sɔːs] [pɔː] ['əʊvə(r)] .

Serve	in	burger	buns	with	the	sauce	poured	over	.
服务	在	汉堡	面包	和	这	酱	倾倒	超过	.

将酱汁淋在汉堡面包上即可食用。

[sɜːrvz] [faɪv] .

Serves	5	.
服务	5	.

可供5人食用。

['tʃɪli]
CHILI
辣椒

辣椒

[wʌn] [paʊnd] [biːf] [steɪk] , ['kɔːsli] [graʊnd] [ɔː(r)] [kʌt] ['ɪntuː] [smɔːl] ['piːsɪz]
1 **pound** **beef** **steak** **,** **coarsely** **ground** **or** **cut** **into** **small** **pieces**
1 磅 牛肉 牛排 , 粗略地 地面 或者 切 进入 小的 件

1磅牛排，粗绞或切成小块

[fɔːr]['slaɪsɪz]['beɪkən]
4 **slices** **bacon**
4 切片 熏肉

4片培根

[wʌn] [lɑːdʒ] ['ʌnjən]
1 **large** **onion**
1 大的 洋葱

1个大洋葱

[ˌtuː'tuː] [kləʊvz] ['gɑːlɪk]
2 **cloves** **garlic**
2 丁香 蒜

2瓣大蒜

[wʌn][ɔː(r)][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['flaʊə(r)]
1 **or** **2** **tablespoons** **flour**
1 或者 2 汤匙 面粉

1或2汤匙面粉

[wʌn][kæn; kən][tə'mɑːtəʊ] [peɪst]
1 **can** **tomato** **paste**
1 能 番茄 粘贴

1罐番茄酱

[ˌtuː'tuː] ['teɪblspuːn] ['tʃɪli] ['paʊdə(r)]
2 **tablespoon** **chili** **powder**
2 汤匙 辣椒 粉末

2汤匙辣椒粉

[sɔːlt][tuː; tə] [teɪst]
salt **to** **taste**
盐 到 品尝

加盐调味

1½ ['teɪbəlˌspuːnz] ['kjuːmɪn; 'kʌmɪn] [siːd]
1½ **tablespoons** **cumin** **seed**
1½ 汤匙 孜然 种子

1.5汤匙孜然籽

[wʌn] ['teɪblspuːn] [ˌɒrɪ'gɑːnəʊ]
1 **tablespoon** **oregano**
1 汤匙 牛至

1汤匙牛至

[wʌn][kæn; kən] [red] ['kɪdni] [biːnz]
1 **can** **red** **kidney** **beans**
1 能 红色的 肾 豆子

1罐红腰豆

[kʌt] [faɪn] ['beɪkən] , ['ʌnjən] , ['gɑːlɪk] ; ['səʊteɪ] [tə'geðə(r)] [ɪn] ['skɪlɪt] .
Cut **fine** **bacon** **,** **onion** **,** **garlic** **;** **sauté** **together** **in** **skillet** **.**
切 美好的 熏肉 , 洋葱 , 蒜 ; 炒 一起 在 煎锅 .

将培根、洋葱、大蒜切成细丝，一起放入煎锅中翻炒。

[ˌeɪ diː 'diː] [miːt] [tuː; tə] [ðɪs] ; ['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] ['flaʊə(r)][ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl] [miːt] [ɪz] [braʊn] .

Add	**meat**	**to**	**this**	**;**	**sprinkle**	**with**	**flour**	**and**	**cook**	**until**	**meat**	**is**	**brown**	**.**
添加	肉	到	这	;	撒	和	面粉	和	厨师	直到	肉	是	棕色的	.

加入肉块；撒上面粉，煮至肉块变色。

[pʊt] [ðɪs] ['mɪkstʃə(r)]['ɪntuː] [lɑːdʒ] [pɒt] .

Put	**this**	**mixture**	**into**	**large**	**pot**	**.**
放	这	混合物	进入	大的	锅	.

将混合物倒入大锅中。

[ˌeɪ diː 'diː][kæn; kən][tə'mɑːtəʊ] [peɪst] , [ðə; ði] ['tʃɪli] ['paʊdə(r)] , [ðə; ði]['kjuːmɪn; 'kʌmɪn][ænd; ənd][ðə; ði]

Add	**can**	**tomato**	**paste**	**,**	**the**	**chili**	**powder**	**,**	**the**	**cumin**	**and**	**the**
添加	能	番茄	粘贴	,	这	辣椒	粉末	,	这	孜然	和	这

[ˌɒrɪ'gɑːnəʊ] .

oregano	**.**
牛至	.

加入罐装番茄酱、辣椒粉、孜然和牛至。

[ˌeɪ diː 'diː] [kwɔːt] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)][ænd; ənd] ['sɪmə(r)] [ʌn'tɪl] [miːt] [ɪz]['tendə(r)] , [ə'baʊt][wʌn]['aʊə(r)] .

Add	**quart**	**of**	**water**	**and**	**simmer**	**until**	**meat**	**is**	**tender**	**,**	**about**	**1**	**hour**	**.**
添加	夸脱	的	水	和	煨	直到	肉	是	投标	,	关于	1	小时	.

加入一夸脱水，炖煮至肉软烂，约1小时。

[ˌeɪ diː 'diː][kæn; kən] ['kɪdni] [biːnz] [ænd; ənd] [kən'tɪnjuː] ['kʊkɪŋ] [ə'baʊt] - [ɔː(r)] - ['mɪnɪts] [lɒŋgə(r)] ,

Add	**can**	**kidney**	**beans**	**and**	**continue**	**cooking**	**about**	**20**	**or**	**30**	**minutes**	**longer**	**,**
添加	能	肾	豆子	和	继续	烹饪	关于	-	或者	-	分钟	更长	,

加入罐装芸豆，继续煮20到30分钟。

['stɜːrɪŋ] [ə'keɪʒnəli] [tuː; tə] [prɪ'vent] ['bɜːnɪŋ] . [eit]

stirring	**occasionally**	**to**	**prevent**	**burning**	**.**	**8**
搅拌	偶尔	到	防止	燃烧	.	8

偶尔搅拌以防烧焦。

[ɪ'tæliən] ['miːtˌbɔːlz] [wɪð] [spə'geti]

ITALIAN	**MEATBALLS**	**WITH**	**SPAGHETTI**
意大利语	肉丸	和	意大利细面条

意大利肉丸配意大利面

[wʌn] [paʊnd] [graʊnd] [miːt]

1	**pound**	**ground**	**meat**
1	磅	地面	肉

1磅碎肉

[θriː] [egz]

3	**eggs**
3	鸡蛋

3个鸡蛋

[wʌn] [slaɪs] [waɪt] [bred] ['təʊstɪd]

1	**slice**	**white**	**bread**	**toasted**
1	片	白色的	面包	烤过的

片烤白面包

[θriː] [pɒdz] ['gɑːlɪk]

3	**pods**	**garlic**
3	豆荚	蒜

3瓣大蒜

['hændfʊl] ['pɑːsli] [kʌt] [faɪn]

handful	**parsley**	**cut**	**fine**
少数	香菜	切	美好的

一把切碎的欧芹

['hændfʊl] [griːn] [swiːt] ['pepə(r)] [kʌt] [faɪn]

handful	**green**	**sweet**	**pepper**	**cut**	**fine**
少数	绿色的	甜的	胡椒	切	美好的

一把切碎的青甜椒

['hændfʊl]['greɪtɪd]['pɑːməzæn; ˌpɑːmə'zæn] [tʃiːz]

handful	**grated**	**Parmesan**	**cheese**
少数	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪

一把磨碎的帕玛森奶酪

[sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][tuː; tə] [teɪst]

salt	**and**	**pepper**	**to**	**taste**
盐	和	胡椒	到	品尝

盐和胡椒粉适量

[səʊk] [bred] [ɪn][mɪlk][ænd; ənd] [skwiːz] ['rɑːðə(r)][draɪ] .

Soak	**bread**	**in**	**milk**	**and**	**squeeze**	**rather**	**dry**	**.**
浸泡	面包	在	牛奶	和	挤	相当	干燥	.

将面包浸泡在牛奶中，然后挤干水分。

[krʌʃ] [ðə; ði]['gɑːlɪk][ɪn][ə; eɪ][bɪg] [krɒk] [ænd; ənd][pʊt][ɔːl] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðə(r)] ['wɜːkɪŋ] [ðem; ðəm]

Crush	**the**	**garlic**	**in**	**a**	**big**	**crock**	**and**	**put**	**all**	**ingredients**	**together**	**working**	**them**
压碎	这	蒜	在	一个	大的	缸	和	放	全部	原料	一起	在职的	他们

[wɪð] [ðə; ði][hændz] .

with	**the**	**hands**	**.**
和	这	双手	.

将大蒜放入大陶罐中捣碎，然后将所有食材混合在一起，用手搅拌均匀。

[waɪl] [hændz][ɑː(r); ə(r)] [mɔɪst] [meɪk] ['ɪntuː][bɔːl][ðə; ði][saɪz][ɒv; əv][ə; eɪ] [gɒlf] [bɔːl][ænd; ənd][fraɪ][ɪn]

While	**hands**	**are**	**moist**	**make**	**into**	**ball**	**the**	**size**	**of**	**a**	**golf**	**ball**	**and**	**fry**	**in**
尽管	双手	是	潮湿	制作	进入	球	这	尺寸	的	一个	高尔夫球	球	和	炒	在

['ɒlɪv] [ɔɪl] [ʌn'tɪl][ðə; ði][bɔːlz][ɑː(r); ə(r)]['gəʊldən] [braʊn] .

olive	**oil**	**until**	**the**	**balls**	**are**	**golden**	**brown**	**.**
橄榄	油	直到	这	球	是	金的	棕色的	.

趁双手湿润，将面团搓成高尔夫球大小的球状，放入橄榄油中炸至金黄色。

[rɪ'muːv] [tuː; tə][ə; eɪ] [lɑːdʒ] [pɒt] .

Remove	**to**	**a**	**large**	**pot**	**.**
消除	到	一个	大的	锅	.

倒入大锅中。

[kʌt] [faɪn] , [wʌn] ['ʌnjən] , [wʌn] ['kærət] [ænd; ənd]['hændfʊl][ɒv; əv] ['pɑːsli] .

Cut	**fine**	**,**	**1**	**onion**	**,**	**1**	**carrot**	**and**	**handful**	**of**	**parsley**	**.**
切	美好的	,	1	洋葱	,	1	胡萝卜	和	少数	的	香菜	.

切碎1个洋葱、1根胡萝卜和一把欧芹。

[fraɪ][ɔːl] [ðɪs] [ɪn][ðə; ði] ['ɒlɪv] [ɔɪl] [left][ɪn][ðə; ði] ['skɪlɪt] [tuː; tə][ə; eɪ]['gəʊldən] [braʊn] .

Fry	**all**	**this**	**in**	**the**	**olive**	**oil**	**left**	**in**	**the**	**skillet**	**to**	**a**	**golden**	**brown**	**.**
炒	全部	这	在	这	橄榄	油	左边	在	这	煎锅	到	一个	金的	棕色的	.

用煎锅里剩下的橄榄油把所有这些食材煎至金黄色。

[ˌeɪ diː 'diː][wʌn] [smɔːl] [kæn; kən][ɒv; əv][tə'mɑːtəʊ] [peɪst] [ænd; ənd][fɔːr][kænz][ɒv; əv]['wɔːtə(r)] ['meʒəd] [ɪn]

Add	**1**	**small**	**can**	**of**	**tomato**	**paste**	**and**	**4**	**cans**	**of**	**water**	**measured**	**in**
添加	1	小的	能	的	番茄	粘贴	和	4	罐头	的	水	测量	在

[ðə; ði] [seɪm] [kæn; kən] .

the	**same**	**can**	**.**
这	相同的	能	.

加入 1 小罐番茄酱和 4 罐水（用同一罐量取）。

[ˌeɪ diː 'diː][nəʊ] . [ˌtuː'tuː][kæn; kən][ɒv; əv][tə'mɑːtəʊz] , [sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][tuː; tə] [teɪst] .

Add	**No**	**.**	**2**	**can**	**of**	**tomatoes**	**,**	**salt**	**and**	**pepper**	**to**	**taste**	**.**
添加	不	.	2	能	的	西红柿	,	盐	和	胡椒	到	品尝	.

加入2号罐装番茄，并根据口味加入盐和胡椒粉。

[pɔː(r)] [ðɪs] ['əʊvə(r)][ðə; ði] [miːt] [bɔːlz][ænd; ənd] ['sɪmə(r)] ['veri] ['sləʊli] [fɔː(r); fə(r)][ə'baʊt][æn; ən]['aʊə(r)]

Pour	**this**	**over**	**the**	**meat**	**balls**	**and**	**simmer**	**very**	**slowly**	**for**	**about**	**an**	**hour**
倒	这	超过	这	肉	球	和	煨	非常	缓慢地	为了	关于	一个	小时

[ænd; ənd][ə; eɪ][hɑːf] .

and	**a**	**half**	**.**
和	一个	一半	.

将酱汁浇在肉丸上，用小火慢炖约一个半小时。

[kʊk] [wʌn] [paʊnd] [ɒv; əv][ɪ'tæliən] [spə'geti] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔːltɪd]['wɔːtə(r)] .

Cook	**1**	**pound**	**of**	**Italian**	**spaghetti**	**in**	**boiling**	**salted**	**water**	**.**
厨师	1	磅	的	意大利语	意大利细面条	在	沸腾	咸的	水	.

将1磅意大利面放入沸腾的盐水中煮熟。

[wen] [dʌn] , [dreɪn] .

When	**done**	**,**	**drain**	**.**
什么时候	完毕	,	流走	.

完成后，沥干水分。

[pʊt] ['miːtˌbɔːlz] [ɒn][ə; eɪ]['plætə(r)][ænd; ənd][tɒp] [wɪð] [spə'geti] .

Put	**meatballs**	**on**	**a**	**platter**	**and**	**top**	**with**	**spaghetti**	**.**
放	肉丸	在	一个	拼盘	和	顶部	和	意大利细面条	.

将肉丸放在盘子里，上面放上意大利面。

[waɪl] ['veri] [hɒt]['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [ɪ'tæliən]['greɪtɪd] [tʃiːz] .

While	**very**	**hot**	**sprinkle**	**with**	**Italian**	**grated**	**cheese**	**.**
尽管	非常	热的	撒	和	意大利语	磨碎的	奶酪	.

趁热撒上意大利磨碎的奶酪。

(['pɑːməzæn; ˌpɑːmə'zæn] [tʃiːz] [ɪn][ðə; ði] ['sɪftɪd] [tɒp][ɪz]['ɔːlsəʊ] [gʊd] .)

(	**Parmesan**	**cheese**	**in**	**the**	**sifted**	**top**	**is**	**also**	**good**	**.**	**)**
(	帕尔马干酪	奶酪	在	这	筛过的	顶部	是	还	好的	.	)

（筛过的上面撒上帕玛森奶酪也很好吃。）

[sʌm; səm][laɪk][tuː; tə][ˌeɪ diː 'diː] , [æt; ət][ðə; ði][lɑːst] - ['mɪnɪts] [bɪ'fɔː(r)] ['sɜːvɪŋ] [ðə; ði][bɔːlz] ,

Some	**like**	**to**	**add**	**,**	**at**	**the**	**last**	**10**	**minutes**	**before**	**serving**	**the**	**balls**	**,**
一些	喜欢	到	添加	,	在	这	最后的	-	分钟	前	服务	这	球	,

有些人喜欢在球上桌前最后10分钟加入：

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [krʌʃt] [swiːt] ['bæzl][ænd; ənd][ˌtuː'tuː] [həʊl] [kləʊvz] .

a	**little**	**crushed**	**sweet**	**basil**	**and**	**2**	**whole**	**cloves**	**.**
一个	小的	碎	甜的	罗勒	和	2	所有的	丁香	.

少许碾碎的甜罗勒和2粒丁香。

[viːl] ['pɑːməzæn; ˌpɑːmə'zæn]

VEAL	**PARMESAN**
小牛肉	帕尔马干酪

小牛肉帕尔马干酪

[hæv; həv] ['bʊtʃə(r)] [paʊnd] [θɪn] 1½ [paʊndz] [viːl] ['kʌtlits] [ænd; ənd][kʌt] [miːt] [ɪn][eit][strɪps] .

Have	**butcher**	**pound**	**thin**	**1½**	**pounds**	**veal**	**cutlets**	**and**	**cut**	**meat**	**in**	**8**	**strips**	**.**
有	屠夫	磅	薄的	1½	磅	小牛肉	肉饼	和	切	肉	在	8	条状物	.

请屠夫将 1.5 磅小牛肉片捶打成薄片，然后切成 8 条。

[kəm'baɪn] ¼ [kʌp] ['greɪtɪd]['pɑːməzæn; ˌpɑːmə'zæn] [tʃiːz] , [wʌn][kʌp] [bred] [krʌmz] .

Combine	**¼**	**cup**	**grated**	**parmesan**	**cheese**	**,**	**1**	**cup**	**bread**	**crumbs**	**.**
结合	¼	杯子	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	,	1	杯子	面包	面包屑	.

将 ¼ 杯磨碎的帕玛森奶酪和 1 杯面包屑混合。

[sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][tuː; tə] [teɪst] .

Salt	**and**	**pepper**	**to**	**taste**	**.**
盐	和	胡椒	到	品尝	.

根据个人口味加入盐和胡椒粉。

[dɪp] [miːt] [ɪn][ˌtuːˈtuː] [egz] [wel] [ˈbiːt(ə)n] , [ðen] [ɪn] [bred] [krʌm] [ˈmɪkstʃə(r)] .

Dip	**meat**	**in**	**2**	**eggs**	**well**	**beaten**	**,**	**then**	**in**	**bread**	**crumb**	**mixture**	**.**
蘸	肉	在	2	鸡蛋	出色地	被打败	,	然后	在	面包	屑	混合物	.

将肉蘸上两个打散的鸡蛋液，再蘸上面包屑混合物。

[fraɪ][ɪn][sɪks] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ɒv; əv] [ˈɒlɪv] [ɔɪl] .

Fry	**in**	**6**	**tablespoons**	**of**	**olive**	**oil**	**.**
炒	在	6	汤匙	的	橄榄	油	.

用6汤匙橄榄油煎炸。

[meɪk] [ʃʊə(r)] [ɔɪl] [ɪz] [hɒt] .

Make	**sure**	**oil**	**is**	**hot**	**.**
制作	当然	油	是	热的	.

确保油温足够热。

[fraɪ] [əˈbaʊt] [faɪv] [ˈmɪnɪts] [ɒn] [iːtʃ] [saɪd] .

Fry	**about**	**5**	**minutes**	**on**	**each**	**side**	**.**
炒	关于	5	分钟	在	每个	边	.

每面煎约5分钟。

[pleɪs] [viːl] [ɪn] [ˈbeɪkɪŋ] [dɪʃ] [ænd; ənd] [pɔː(r)] [ɒn] [ə; eɪ] [ˈleɪə(r)] [ɒv; əv] [təˈmɑːtəʊ] [sɔːs] .

Place	**veal**	**in**	**baking**	**dish**	**and**	**pour**	**on**	**a**	**layer**	**of**	**tomato**	**sauce**	**.**
地方	小牛肉	在	烘烤	盘子	和	倒	在	一个	层	的	番茄	酱	.

将小牛肉放入烤盘中，淋上一层番茄酱。

[pleɪs] [θɪn] [ˈslaɪsɪz] [ɒv; əv] [ˌmɒtsəˈrelə] [tʃiːz] [ˈəʊvə(r)] [ðɪs] .

Place	**thin**	**slices**	**of**	**Mozzarella**	**cheese**	**over**	**this**	**.**
地方	薄的	切片	的	马苏里拉奶酪	奶酪	超过	这	.

在上面放上几片薄薄的马苏里拉奶酪。

[beɪk] [ɪn] [ˈmɒdərət] [ˈʌv(ə)n] - [dɪˈgriːz] [fɔː(r); fə(r)] [əˈbaʊt] - [ˈmɪnɪts] [ɔː(r)] [ʌnˈtɪl] [braʊn] .

Bake	**in**	**moderate**	**oven**	**350**	**degrees**	**for**	**about**	**20**	**minutes**	**or**	**until**	**brown**	**.**
烤	在	缓和	烤箱	-	学位	为了	关于	-	分钟	或者	直到	棕色的	.

在 350 度的烤箱中烘烤约 20 分钟或直至呈棕色。

[ˈmʌʃrʊmz] [ɔː(r)] [kʊkt] [ˈpiːz] [meɪ] [biː; bi] [ˈædɪd] [ɪf] [dɪˈzaɪəd] .

Mushrooms	**or**	**cooked**	**peas**	**may**	**be**	**added**	**if**	**desired**	**.**
蘑菇	或者	煮熟	豌豆	可能	是	额外	如果	想要的	.

如果需要，可以加入蘑菇或煮熟的豌豆。

[miːt] - [zɑː] - [paɪ]

MEAT	**-**	**ZA**	**-**	**PIE**
肉	-	南非	-	馅饼

肉馅饼

[wʌn] [paʊnd] [graʊnd] [biːf]

1	**pound**	**ground**	**beef**
1	磅	地面	牛肉

1磅碎牛肉

⅔ [kʌp] [ɪˈvæpəreɪtɪd] [mɪlk] ([smɔːl] [kæn; kən])

⅔	**cup**	**evaporated**	**milk**	**(**	**small**	**can**	**)**
⅔	杯子	蒸发	牛奶	(	小的	能	)

⅔ 杯淡奶（小罐装）

½ [kʌp] [draɪ] [bred] [krʌmz]

½	**cup**	**dry**	**bread**	**crumbs**
½	杯子	干燥	面包	面包屑

半杯干面包屑

[wʌn] [ˈtiːspuːn] [ˈgɑːlɪk] [sɔːlt]

1	**teaspoon**	**garlic**	**salt**
1	茶匙	蒜	盐

1茶匙蒜盐

[wʌn][kæn; kən][təˈmɑːtəʊ] [peɪst]
1 can tomato paste
1 能 番茄 粘贴

1罐番茄酱

[wʌn] [tuː] - [aʊns] [kæn; kən][ˈbʌt(ə)n] [ˈmʌʃrʊmz]
1 two - ounce can button mushrooms
1 二 - 盎司 能 按钮 蘑菇

1罐两盎司装的白蘑菇

[wʌn][kʌp] [ʃɑːp] [tʃiːz] ([ˈgreɪtɪd])
1 cup sharp cheese (grated)
1 杯子 锋利的 奶酪 (磨碎的)

杯味道浓郁的奶酪（磨碎）

½ [ˈtiːspuːn] [ˌɒrɪˈgɑːnəʊ]
½ teaspoon oregano
½ 茶匙 牛至

½ 茶匙牛至

[ˌtuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ˈpɑːməzæn; ˌpɑːməˈzæn] [tʃiːz]
2 tablespoons parmesan cheese
2 汤匙 帕尔马干酪 奶酪

2汤匙帕玛森奶酪

[mɪks] [miːt] , [mɪlk] , [bred] [krʌmz] , [ˈgɑːlɪk][sɔːlt][ænd; ənd][ˌɒrɪˈgɑːnəʊ] .
Mix meat , milk , bread crumbs , garlic salt and oregano .
混合 肉 , 牛奶 , 面包 面包屑 , 蒜 盐 和 牛至 .

将肉、牛奶、面包屑、蒜盐和牛至混合。

[pres] [ˈɪntuː][paɪ][pæn] , [ˈlaɪnɪŋ] [saɪdz] [ænd; ənd] [ˈhævɪŋ] [θɪkə] [əˈkrɒs] [ˈbɒtəm] .
Press into pie pan , lining sides and having thicker across bottom .
按 进入 馅饼 平底锅 , 衬垫 侧面 和 拥有 较厚 穿过 底部 .

将面团压入派盘中，铺满四周，底部较厚。

[spred] [wɪð] [təˈmɑːtəʊ] [peɪst] ,
Spread with tomato paste ,
传播 和 番茄 粘贴 ,

涂抹番茄酱，

[ˈsprɪŋk(ə)l] [wɪð] [dreɪnd] [ˈmʌʃrʊmz] [ðen] [ˈkʌvə(r)] [wɪð] [ˈgreɪtɪd] [tʃiːz] [ðen] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ˈsprɪŋk(ə)l]
sprinkle with drained mushrooms then cover with grated cheese then a little sprinkle
撒 和 排水 蘑菇 然后 覆盖 和 磨碎的 奶酪 然后 一个 小的 撒
[ɒv; əv][ˌɒrɪˈgɑːnəʊ] [ðen] [ðə; ði] [tuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ɒv; əv][ˈpɑːməzæn; ˌpɑːməˈzæn] [tʃiːz] .
of oregano then the two tablespoons of parmesan cheese .
的 牛至 然后 这 二 汤匙 的 帕尔马干酪 奶酪 .

撒上沥干水分的蘑菇，然后盖上磨碎的奶酪，再撒上少许牛至，最后放上两汤匙帕玛森奶酪。

[beɪk] [æt; ət] - [dɪˈgriːz] [ef] . - [ɔː(r)] - [ˈmɪnɪts] .
Bake at 375 degrees F . 30 or 35 minutes .
烤 在 - 学位 F . - 或者 - 分钟 .

以华氏375度烘烤30或35分钟。

[beɪk] [ɪn][æn; ən][eit][ɔː(r)][naɪn] [ɪntʃ] [pæn] .
Bake in an 8 or 9 inch pan .
烤 在 一个 8 或者 9 英寸 平底锅 .

用8英寸或9英寸的烤盘烘烤。

[wɪl] [sɜːv] [faɪv][ɔː(r)][sɪks] .
Will serve 5 or 6 .
将要 服务 5 或者 6 .

可供5至6人食用。

[ˌmækəˈrəʊni] ['medli]
MACARONI **MEDLEY**
通心粉 混合曲

通心粉拼盘

[wʌn] ['ʌnjən]
1 **onion**
1 洋葱

1个洋葱

[wʌn] [kləʊv] ['gɑːlɪk] (['ɒpʃən(ə)l])
1 **clove** **garlic** **(** **optional** **)**
1 丁香 蒜 (选修的)

1瓣大蒜（可选）

[wʌn] [griːn] ['pepə(r)]
1 **green** **pepper**
1 绿色的 胡椒

1个青椒

[fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] ['ʃɔːtnɪŋ]
4 **tablespoons** **shortening**
4 汤匙 缩短

4汤匙起酥油

[wʌn] [paʊnd] ['hæmbɜːgə(r)]
1 **pound** **hamburger**
1 磅 汉堡包

1磅汉堡

⅛ ['tiːspuːn] ['pepə(r)]
⅛ **teaspoon** **pepper**
⅛ 茶匙 胡椒

⅛茶匙胡椒粉

[wʌn] ['tiːspuːn] [pə'priːkə; 'pæprɪkə]
1 **teaspoon** **paprika**
1 茶匙 辣椒

1茶匙辣椒粉

1½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
1½ **teaspoons** **salt**
1½ 茶匙 盐

1.5茶匙盐

[wʌn] ['tiːspuːn] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs]
1 **teaspoon** **Worcestershire** **sauce**
1 茶匙 伍斯特郡 酱

1茶匙伍斯特沙司

⅔ [kʌp] [təˈmɑːtəʊ] [suːp]
⅔ **cup** **tomato** **soup**
⅔ 杯子 番茄 汤

⅔ 杯番茄汤

½ [kʌp] ['wɔːtə(r)]
½ **cup** **water**
½ 杯子 水

半杯水

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] [kʊkt] [ˌmækəˈrəʊni]
2 **cups** **cooked** **macaroni**
2 杯子 煮熟 通心粉

杯煮熟的通心粉

¾ [kʌp] ['greɪtɪd] [tʃiːz]
¾ cup grated cheese
¾ 杯子 磨碎的 奶酪

¾ 杯磨碎的奶酪

[wʌn] [kʌp] [left] - ['əʊvə(r)] ['kɒliflaʊə(r)]
1 cup left - over cauliflower
1 杯子 左边 - 超过 菜花

杯剩余的菜花

[tʃɒp] ['ʌnjən] , ['gɑːlɪk] [ænd; ənd] ['pepə(r)] .
Chop onion , garlic and pepper .
劈 洋葱 , 蒜 和 胡椒 .

将洋葱、大蒜和辣椒切碎。

[fraɪ] [ɪn] ['ʃɔːtnɪŋ] [ʌn'tɪl] ['gəʊldən] [braʊn] .
Fry in shortening until golden brown .
炒 在 缩短 直到 金的 棕色的 .

用起酥油煎至金黄色。

[ˌeɪ diː 'diː] [miːt] [ænd; ənd] ['siːzniŋz] .
Add meat and seasonings .
添加 肉 和 调味料 .

加入肉和调味料。

[stɜː(r)] [ænd; ənd] [fraɪ] [fɔː(r); fə(r)] [faɪv] ['mɪnɪts] .
Stir and fry for 5 minutes .
搅拌 和 炒 为了 5 分钟 .

翻炒5分钟。

[mɪks] [suːp] [ænd; ənd] ['wɔːtə(r)] .
Mix soup and water .
混合 汤 和 水 .

将汤料和水混合。

[ˌeɪ diː 'diː] [tuː; tə] [miːt] ['mɪkstʃə(r)] , [stɜː(r)] [wel] .
Add to meat mixture , stir well .
添加 到 肉 混合物 , 搅拌 出色地 .

加入肉馅中，搅拌均匀。

[pʊt] [hɑːf] [ɒv; əv] [ˌmækə'rəʊni] [ɪn] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .
Put half of macaroni in baking dish .
放 一半 的 通心粉 在 烘烤 盘子 .

将一半通心粉放入烤盘中。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [tʃiːz] .
Sprinkle with cheese .
撒 和 奶酪 .

撒上奶酪。

[ˌeɪ diː 'diː] ['leɪə(r)] [miːt] .
Add layer meat .
添加 层 肉 .

铺上一层肉。

[meɪk] ['leɪə(r)] [ɒv; əv] [ˌmækə'rəʊni] , [tʃiːz] [ænd; ənd] [miːt] [ə'gen] , ['seɪvɪŋ] [aʊt] [sʌm; səm] [tʃiːz]
Make layer of macaroni , cheese and meat again , saving out some cheese
制作 层 的 通心粉 , 奶酪 和 肉 再次 , 保存 出去 一些 奶酪
[fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [tɒp] .
for the top .
为了 这 顶部 .

再次铺上一层通心粉、奶酪和肉，留一些奶酪放在最上面。

[ə'reɪndʒ] ['kɒliflaʊə(r)] ['flauərit] ['əʊvə(r)][tɒp] .

Arrange	**cauliflower**	**flowerets**	**over**	**top**	**.**
安排	菜花	小花	超过	顶部	.

将花椰菜小花摆放在顶部。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [tʃi:z] .

Sprinkle	**with**	**cheese**	**.**
撒	和	奶酪	.

撒上奶酪。

['kʌvə(r)] [dɪʃ] .

Cover	**dish**	**.**
覆盖	盘子	.

盖上盖子。

[kʊk] [ɪn] ['mɒdərətli] [hɒt]['ʌv(ə)n] (- [dɪ'gri:z] [ef] .) - ['mɪnɪts] .

Cook	**in**	**moderately**	**hot**	**oven**	**(**	**375**	**degrees**	**F**	**.**	**)**	**25**	**minutes**	**.**
厨师	在	中等程度	热的	烤箱	(	-	学位	F	.	)	-	分钟	.

在中等温度的烤箱（375华氏度）中烤25分钟。

[rɪ'mu:v] ['kʌvə(r)] .

Remove	**cover**	**.**
消除	覆盖	.

取下盖子。

[beɪk] - ['mɪnɪts] [lɒŋgə(r)][ʌn'tɪl] ['naɪsli] [braʊn] .

Bake	**10**	**minutes**	**longer**	**until**	**nicely**	**browned**	**.**
烤	-	分钟	更长	直到	很好	棕色	.

再烤10分钟，直到表面呈金黄色。

[sɜ:v] [wɪð] [ə; eɪ] [gri:n] ['sæləd][ænd; ənd] [dɪ'zɜ:t] . [naɪn]

Serve	**with**	**a**	**green**	**salad**	**and**	**dessert**	**.**	**9**
服务	和	一个	绿色的	沙拉	和	甜点	.	9

配以蔬菜沙拉和甜点。9

[fraɪd] [kræbz] [ɪ'tæliən] [staɪl]

FRIED	**CRABS**	**ITALIAN**	**STYLE**
油煎	螃蟹	意大利语	风格

意式炸蟹

[ðɪs] ['resəpi][ɪz][fɔ:(r); fə(r)][sɪks][kræbz] .

This	**recipe**	**is**	**for**	**six**	**crabs**	**.**
这	食谱	是	为了	六	螃蟹	.

这个食谱是做六只螃蟹的。

[ˌaɪ 'ti:] [meɪ] [bi:; bi] ['dʌbld] [fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ] [lɑ:dʒ] ['fæməli] .

It	**may**	**be**	**doubled**	**for**	**a**	**large**	**family**	**.**
它	可能	是	双倍	为了	一个	大的	家庭	.

大家庭的话，可以加倍。

[rɪ'mu:v] [bæks] [frɒm; frəm][kræbz] , [wɒʃ] [wel] [ænd; ənd][set][ə'saɪd] .

Remove	**backs**	**from**	**crabs**	**,**	**wash**	**well**	**and**	**set**	**aside**	**.**
消除	背部	从	螃蟹	,	洗	出色地	和	放	旁边	.

去掉螃蟹的背甲，洗净后放在一旁。

½ [kʌp] ['greɪtɪd]['pɑ:məzæn; ˌpɑ:mə'zæn] [tʃi:z]

½	**cup**	**grated**	**parmesan**	**cheese**
½	杯子	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪

半杯磨碎的帕玛森奶酪

½ ['ti:spu:n] ['gɑ:lɪk][sɔ:lt]

½	**teaspoon**	**garlic**	**salt**
½	茶匙	蒜	盐

½茶匙蒜盐

[wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt]
1 **teaspoon** **salt**
1 茶匙 盐

1茶匙盐

½ ['tiːspuːn] [blæk] ['pepə(r)]
½ **teaspoon** **black** **pepper**
½ 茶匙 黑色的 胡椒

半茶匙黑胡椒

[mɪks][ðə; ði] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðə(r)] [wel] [ænd; ənd][ə'saɪd] .
Mix **the** **ingredients** **together** **well** **and** **aside** **.**
混合 这 原料 一起 出色地 和 旁边 .

将所有材料混合均匀，放在一旁备用。

[teɪk] [sɪks] [kləʊvz] [ɒv; əv]['gɑːlɪk][ænd; ənd] [kʌt] ['ɪntuː] [smɔːl] ['piːsɪz] ,
Take **6** **cloves** **of** **garlic** **and** **cut** **into** **small** **pieces** **,**
拿 6 丁香 的 蒜 和 切 进入 小的 件 ,

取6瓣大蒜，切成小块，

[daɪs] ¼ [ɒv; əv][ə; eɪ] [smɔːl] [ˌmɒtsə'relə] [tʃiːz] [bɔːl] .
dice **¼** **of** **a** **small** **mozzarella** **cheese** **ball** **.**
骰子 ¼ 的 一个 小的 马苏里拉奶酪 奶酪 球 .

将四分之一小马苏里拉奶酪球切成丁。

[teɪk] [kræbz][ænd; ənd] [stʌf] [wɪð] [tʃiːz] [ænd; ənd]['gɑːlɪk][ɪn] ['miːti] [pɑːt][ɒv; əv][kræbz] .
Take **crabs** **and** **stuff** **with** **cheese** **and** **garlic** **in** **meaty** **part** **of** **crabs** **.**
拿 螃蟹 和 东西 和 奶酪 和 蒜 在 肉质的 部分 的 螃蟹 .

取螃蟹，在蟹肉较多的部分塞入奶酪和大蒜。

[dɪp] [stʌft] [kræbz][ɪn] ['siːz(ə)nd] [eg] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)] , [ðen] [dɪp] [wel] [ɪn]['flaʊə(r)]['mɪkstʃə(r)] .
Dip **stuffed** **crabs** **in** **seasoned** **egg** **and** **water** **,** **then** **dip** **well** **in** **flour** **mixture** **.**
蘸 填充 螃蟹 在 经验丰富的 蛋 和 水 , 然后 蘸 出色地 在 面粉 混合物 .

将酿蟹蘸上调味蛋液和水，然后裹上面粉混合物。

[fraɪ][ɪn] [diːp] [ɔɪl] [ʌn'tɪl]['gəʊldən] [braʊn] .
Fry **in** **deep** **oil** **until** **golden** **brown** **.**
炒 在 深的 油 直到 金的 棕色的 .

用大量油炸至金黄色。

[kraʊn] [oʊgoʊld] [miːt] [ləʊf]
CROWN **O'GOLD** **MEAT** **LOAF**
王冠 奥戈尔德 肉 面包

金冠肉饼

1½ [kʌps] [sɒft] [bred] [krʌmz]
1½ **cups** **soft** **bread** **crumbs**
1½ 杯子 柔软的 面包 面包屑

1.5 杯软面包屑

1½ [paʊndz] [graʊnd] [liːn] [miːt]
1½ **pounds** **ground** **lean** **meat**
1½ 磅 地面 倾斜 肉

1.5磅瘦肉馅

[fɔːr] [eg] [jəʊk]
4 **egg** **yolks**
4 蛋 蛋黄

4个蛋黄

1½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
1½ **teaspoons** **salt**
1½ 茶匙 盐

1.5茶匙盐

[ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['mʌstəd]
2 **tablespoons** **mustard**
2 汤匙 芥末

2汤匙芥末

1½ ['teɪbəlˌspuːnz] [prɪ'peəd] ['hɔːsrædɪʃ]
1½ **tablespoons** **prepared** **horseradish**
1½ 汤匙 准备 辣根

1.5汤匙预制辣根酱

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['faɪnli] [daɪst] [griːn] ['pepə(r)]
3 **tablespoons** **finely** **diced** **green** **pepper**
3 汤匙 精细地 切丁 绿色的 胡椒

3汤匙切碎的青椒

[ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [mɪnst] ['ʌnjən]
2 **tablespoons** **minced** **onion**
2 汤匙 剁碎 洋葱

2汤匙切碎的洋葱

⅓ [kʌp] ['kætsəp; 'kætsʌp]
⅓ **cup** **catsup**
⅓ 杯子 番茄酱

三分之一杯番茄酱

[mɪks] [bred] [krʌmz] [wɪð] [miːt] , [kəm'baɪn] [rɪ'meɪnɪŋ] [ɪn'griːdiənts] .
Mix **bread** **crumbs** **with** **meat** **,** **combine** **remaining** **ingredients** **.**
混合 面包 面包屑 和 肉 , 结合 其余的 原料 .

将面包屑与肉混合，再将剩余的食材混合。

[blend] ['ɪntuː] [miːt] - [bred] ['mɪkstʃə(r)] .
Blend **into** **meat** **-** **bread** **mixture** **.**
混合 进入 肉 - 面包 混合物 .

拌入肉面包混合物中。

[pæk] ['laɪtli] ['ɪntuː][ə; eɪ][naɪn] - [ɪntʃ] ['kæsərəʊl] [ænd; ənd] [beɪk] [æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] -
Pack **lightly** **into** **a** **9** **-** **inch** **casserole** **and** **bake** **at** **325** **degrees** **for** **30**
盒 轻轻 进入 一个 9 - 英寸 沙锅 和 烤 在 - 学位 为了 -
['mɪnɪts] .
minutes **.**
分钟 .

将食材轻轻装入 9 英寸的砂锅中，在 325 度下烘烤 30 分钟。

[kraʊn] [oʊgoʊld] ['tɒpɪŋ]
CROWN **O'GOLD** **TOPPING**
王冠 奥戈尔德 配料

金冠装饰

[fɔːr] [eg] ['waɪts]
4 **egg** **whites**
4 蛋 白人

4个蛋清

½ ['tiːspuːn] [kriːm] [ɒv; əv]['tɑːtə(r)]
½ **teaspoon** **cream** **of** **tartar**
½ 茶匙 奶油 的 鞑靼

½茶匙塔塔粉

[fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] ['mʌstəd]
4 **tablespoons** **mustard**
4 汤匙 芥末

4汤匙芥末

[biːt] [eg] ['waɪts] [ʌn'tɪl] ['fəʊmi] ; [ˌeɪ diː 'diː] [kriːm] [ɒv; əv]['tɑːtə(r)][ænd; ənd] [biːt] [ʌn'tɪl] ['veri] [stɪf] .

Beat	**egg**	**whites**	**until**	**foamy**	**;**	**add**	**cream**	**of**	**tartar**	**and**	**beat**	**until**	**very**	**stiff**	**.**
打	蛋	白人	直到	泡沫状	;	添加	奶油	的	鞑靼	和	打	直到	非常	僵硬的	.

将蛋白打发至起泡；加入塔塔粉，继续打发至非常硬挺。

[fəʊld][ɪn] ['mʌstəd] [ænd; ənd][swɜːl][ɒn][hɒt] [miːt] ;

Fold	**in**	**mustard**	**and**	**swirl**	**on**	**hot**	**meat**	**;**
折叠	在	芥末	和	漩涡	在	热的	肉	;

拌入芥末酱，淋在热肉上；

[rɪ'tɜːn] [tuː; tə]['ʌv(ə)n][ænd; ənd] [beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [lɒŋgə(r)] , [ɔː(r)][ʌn'tɪl] [tɪpt] [wɪð] [braʊn] .

return	**to**	**oven**	**and**	**bake**	**20**	**to**	**25**	**minutes**	**longer**	**,**	**or**	**until**	**tipped**	**with**	**brown**	**.**
返回	到	烤箱	和	烤	-	到	-	分钟	更长	,	或者	直到	倾斜	和	棕色的	.

放回烤箱，再烤 20 至 25 分钟，或直至表面呈棕色。

[meɪks] [sɪks][tuː; tə][eit] [s'ɜːvɪŋz] .

Makes	**6**	**to**	**8**	**servings**	**.**
制作	6	到	8	份量	.

可供 6 至 8 人食用。

['hæmbɜːgə(r)] - [raɪs] [dɪʃ]

HAMBURGER	**-**	**RICE**	**DISH**
汉堡包	-	米	盘子

汉堡饭

[daɪs] [ˌtuː'tuː] ['miːdiəm] [saɪzd] ['ʌnjənz] , [wʌn]['sekʃ(ə)n]['gɑːlɪk] , [ænd; ənd][wʌn] [griːn] [bel] ['pepə(r)] .

Dice	**2**	**medium**	**sized**	**onions**	**,**	**1**	**section**	**garlic**	**,**	**and**	**1**	**green**	**bell**	**pepper**	**.**
骰子	2	中等的	尺寸	洋葱	,	1	部分	蒜	,	和	1	绿色的	钟	胡椒	.

将 2 个中等大小的洋葱、1 瓣大蒜和 1 个青椒切丁。

[fraɪ]['mɪkstʃə(r)][ɪn] [smɔːl] [ə'maʊnt] [ɒv; əv][ˌmɑːdʒə'riːn] [ʌn'tɪl] ['slaɪtli] ['tendə(r)] .

Fry	**mixture**	**in**	**small**	**amount**	**of**	**margarine**	**until**	**slightly**	**tender**	**.**
炒	混合物	在	小的	数量	的	人造黄油	直到	轻微地	投标	.

将混合物加入少量人造黄油翻炒至略微变软。

[ˌeɪ diː 'diː][wʌn] [paʊnd] [ɒv; əv]['hæmbɜːgə(r)] , [sɔːlt][tuː; tə] [teɪst] , [ænd; ənd][ˌtuː'tuː] ['tiːspuːn] ['tʃɪli] ['paʊdə(r)] ;

Add	**1**	**pound**	**of**	**hamburger**	**,**	**salt**	**to**	**taste**	**,**	**and**	**2**	**teaspoons**	**chili**	**powder**	**;**
添加	1	磅	的	汉堡包	,	盐	到	品尝	,	和	2	茶匙	辣椒	粉末	;

加入 1 磅牛肉馅、适量盐和 2 茶匙辣椒粉；

[kʊk] [ʌn'tɪl]['hæmbɜːgə(r)][ɪz] [dʌn] .

cook	**until**	**hamburger**	**is**	**done**	**.**
厨师	直到	汉堡包	是	完毕	.

把汉堡肉煮熟。

[ˌeɪ diː 'diː][eit] - [aʊns] [kæn; kən][ɒv; əv][tə'mɑːtəʊ] [sɔːs] [ænd; ənd]['iːkwəl] [ə'maʊnt] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] .

Add	**8**	**-**	**ounce**	**can**	**of**	**tomato**	**sauce**	**and**	**equal**	**amount**	**of**	**water**	**.**
添加	8	-	盎司	能	的	番茄	酱	和	平等的	数量	的	水	.

加入 8 盎司罐装番茄酱和等量的水。

[ˌeɪ diː 'diː] ¼ [kʌp] [ˌʌn'kʊkt] [raɪs] , [stɜː(r)]['mɪkstʃə(r)] [wel] , ['kʌvə(r)][ænd; ənd] [kʊk] ['sləʊli] [ʌn'tɪl] [raɪs] [ɪz] ['tendə(r)] .

Add	**¼**	**cup**	**uncooked**	**rice**	**,**	**stir**	**mixture**	**well**	**,**	**cover**	**and**	**cook**	**slowly**	**until**	**rice**	**is**	**tender**	**.**
添加	¼	杯子	生	米	,	搅拌	混合物	出色地	,	覆盖	和	厨师	缓慢地	直到	米	是	投标	.

加入 1/4 杯生米，搅拌均匀，盖上盖子，小火慢煮至米饭变软。

[sɜːv] [hɒt] .

Serve	**hot**	**.**
服务	热的	.

趁热食用。

['tʃɪkɪn] ['məˈrɒkəʊ]

CHICKEN	**MOROCCO**
鸡	摩洛哥

摩洛哥鸡肉

1½ ['teɪbəlˌspuːnz] [pəˈpriːkə; ˈpæprɪkə]

1½	**tablespoons**	**paprika**
1½	汤匙	辣椒

1.5汤匙辣椒粉

[ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn] ['dʒɪndʒə(r)]

2	**teaspoons**	**ginger**
2	茶匙	姜

2茶匙姜

[wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt]

1	**teaspoon**	**salt**
1	茶匙	盐

1茶匙盐

[sʌm; səm] [blæk] ['pepə(r)] ([mɪks])

some	**black**	**pepper**	**(**	**mix**	**)**
一些	黑色的	胡椒	(	混合	)

一些黑胡椒（混合）

[wʌn] [paʊnd] ['bʌtə(r)] ([ɔː(r)][ˌtuːˈtuː] [stɪks] ['bʌtə(r)][ænd; ənd][ˌtuːˈtuː] [stɪks] [ˌmɑːdʒəˈriːn] , [dɪˈpendɪŋ] [ɒn] [fæt][ɒn] ['tʃɪkɪnz])

1	**pound**	**butter**	**(**	**or**	**2**	**sticks**	**butter**	**and**	**2**	**sticks**	**margarine**	**,**	**depending**	**on**	**fat**	**on**	**chickens**	**)**
1	磅	黄油	(	或者	2	棍子	黄油	和	2	棍子	人造黄油	,	取决于	在	胖的	在	鸡	)

1磅黄油（或2条黄油和2条人造黄油，取决于鸡的脂肪含量）

[pleɪs] ['piːsɪz] [ɒv; əv] ['tʃɪkɪn] [ɪn][ə; eɪ] [lɑːdʒ] , [flæt] ['paɪreks] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .

Place	**pieces**	**of**	**chicken**	**in**	**a**	**large**	**,**	**flat**	**pyrex**	**baking**	**dish**	**.**
地方	件	的	鸡	在	一个	大的	,	平坦的	派热克斯	烘烤	盘子	.

将鸡块放入一个大的、平底的耐热玻璃烤盘中。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [ðə; ði][draɪ] [ɪnˈgriːdiənts] , [ðen] ['seləri] , ['ʌnjən] [ænd; ənd]['gɑːlɪk] .

Sprinkle	**with**	**the**	**dry**	**ingredients**	**,**	**then**	**celery**	**,**	**onion**	**and**	**garlic**	**.**
撒	和	这	干燥	原料	,	然后	芹菜	,	洋葱	和	蒜	.

撒上干料，然后撒上芹菜、洋葱和大蒜。

[pɔː(r)]['əʊvə(r)] ['pɑːʃəli] ['meltɪd] ['ʃɔːtnɪŋ] .

Pour	**over**	**partially**	**melted**	**shortening**	**.**
倒	超过	部分	融化	缩短	.

淋在部分融化的起酥油上。

['kʌvə(r)] ['taɪtli] [wɪð] [fɔɪl] [ænd; ənd] [beɪk] [ˌtuːˈtuː] ['aʊəz] [æt; ət] - [dɪˈgriːz] .

Cover	**tightly**	**with**	**foil**	**and**	**bake**	**2**	**hours**	**at**	**275**	**degrees**	**.**
覆盖	紧紧	和	挫败	和	烤	2	小时	在	-	学位	.

用锡纸严密包裹，在 275 度下烘烤 2 小时。

['twenti] ['mɪnɪts] [bɪˈfɔː(r)] [dʌn] , [ʌnˈkʌvə(r)][ænd; ənd] [beɪk] [æt; ət] - [dɪˈgriːz] [tuː; tə] [braʊn] .

Twenty	**minutes**	**before**	**done**	**,**	**uncover**	**and**	**bake**	**at**	**450**	**degrees**	**to**	**brown**	**.**
二十	分钟	前	完毕	,	揭露	和	烤	在	-	学位	到	棕色的	.

烤好前二十分钟，揭开盖子，以 450 度烘烤至金黄色。

[sɜːv] [wɪð] : [melt] ⅛ [paʊnd] ['bʌtə(r)] [ɪn] ['skɪlɪt] , [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] [kʌp] [ɒv; əv] ['mɪnɪt] [raɪs] ,

Serve	with	:	Melt	⅛	pound	butter	in	skillet	,	add	1	cup	of	minute	rice	,
服务	和	:	熔化	⅛	磅	黄油	在	煎锅	,	添加	1	杯子	的	分钟	米	,

搭配食用：在煎锅中融化⅛磅黄油，加入1杯速食米饭，

[sʌm; səm] ['pepə(r)] , ½ ['tiːspuːn] ['paʊdəd] [taɪm] [ɔː(r)] ['mɑːdʒərəm] , [ˌtuː'tuː] [smɔːl] [bʌdz] [ɒv; əv] ['gɑːlɪk]

some	pepper	,	½	teaspoon	powdered	thyme	or	marjoram	,	2	small	buds	of	garlic
一些	胡椒	,	½	茶匙	粉末状	百里香	或者	马郁兰	,	2	小的	花蕾	的	蒜

— [braʊn] .

—	brown	.
—	棕色的	.

少许胡椒粉，½ 茶匙百里香粉或马郁兰粉，2 小瓣棕色蒜瓣。

[ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] [kæn; kən] [ɒv; əv] [ˌʌndaɪ'luːtɪd; ˌʌndaɪ'ljuːtɪd] [klɪə(r)] ['kɒnsəmeɪ] .

Add	1	can	of	undiluted	clear	consomme	.
添加	1	能	的	未稀释的	清除	清汤	.

加入1罐未稀释的清汤。

[brɪŋ] [tuː; tə] [bɔɪl] , ['kʌvə(r)] .

Bring	to	boil	,	cover	.
带来	到	熬	,	覆盖	.

煮沸后，盖上盖子。

[kʌt] [ɒf] ['faɪə(r)] [ænd; ənd] [liːv] [ʌn'tɪl] ['redi] [tuː; tə] [sɜːv] [wɪð] ['tʃɪkɪn] .

Cut	off	fire	and	leave	until	ready	to	serve	with	chicken	.
切	离开	火	和	离开	直到	准备好	到	服务	和	鸡	.

关火，静置至鸡肉准备好上桌时即可。

[ɪ'tæliən] [spə'geti]

ITALIAN	SPAGHETTI
意大利语	意大利细面条

意大利意大利面

1½ [paʊndz] [ɒv; əv] ['hæmbɜːgə(r)]

1½	pounds	of	hamburger
1½	磅	的	汉堡包

1.5磅汉堡肉

[wʌn] ['pækɪdʒ] [spə'geti]

1	package	spaghetti
1	包裹	意大利细面条

包意大利面

¼ [paʊnd] ['bʌtə(r)]

¼	pound	butter
¼	磅	黄油

¼磅黄油

[wʌn] [lɑːdʒ] [kæn; kən] [tə'mɑːtəʊz]

1	large	can	tomatoes
1	大的	能	西红柿

1大罐番茄

[wʌn] [smɔːl] ['gɑːlɪk] [bʌd]

1	small	garlic	bud
1	小的	蒜	芽

1个小蒜瓣

[pɪntʃ] [iːtʃ] [red] ['pepə(r)] [ænd; ənd] [kləʊvz]

pinch	each	red	pepper	and	cloves
捏	每个	红色的	胡椒	和	丁香

捏住每个红辣椒和丁香。

[ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['ʃʊgə(r)]
2 **tablespoons** **sugar**
2 汤匙 糖

2汤匙糖

['sɪmə(r)] [miːt] , [təˈmɑːtəʊz][ænd; ənd] ['siːzənɪŋ] [ˌtuːˈtuː] ['aʊəz] .
Simmer **meat** **,** **tomatoes** **and** **seasoning** **2** **hours** **.**
煨 肉 , 西红柿 和 调料 2 小时 .

将肉、西红柿和调味料炖煮 2 小时。

[ˌeɪ diː 'diː] [spə'geti] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] [kʊkt] .
Add **spaghetti** **which** **has** **been** **cooked** **.**
添加 意大利细面条 哪个 有 到过 煮熟 .

加入煮熟的意大利面。

[let] ['sɪmə(r)] [fɔː(r); fə(r)] ½ ['aʊə(r)][ænd; ənd] [sɜːv] [wɪð] ['greɪtɪd] [tʃiːz] .
Let **simmer** **for** **½** **hour** **and** **serve** **with** **grated** **cheese** **.**
让 煨 为了 ½ 小时 和 服务 和 磨碎的 奶酪 .

小火慢炖半小时，撒上磨碎的奶酪即可食用。

['devəld] [kræbz]
DEVILED **CRABS**
魔鬼 螃蟹

魔鬼蟹

½ [paʊnd] [kræb] [miːt]
½ **pound** **crab** **meat**
½ 磅 螃蟹 肉

半磅蟹肉

[ˌtuːˈtuː] [hɑːd] [kʊkt] [egz] ['greɪtɪd]
2 **hard** **cooked** **eggs** **grated**
2 难的 煮熟 鸡蛋 磨碎的

2个煮熟的鸡蛋磨碎

¼ [kʌp] ['təʊstɪd] [bred] [krʌmz]
¼ **cup** **toasted** **bread** **crumbs**
¼ 杯子 烤过的 面包 面包屑

¼ 杯烤面包屑

[wʌn] ['tiːspuːn] ['lemən] [dʒuːs]
1 **teaspoon** **lemon** **juice**
1 茶匙 柠檬 汁

1茶匙柠檬汁

[ə; eɪ] [fjuː] [drɒps] [ɒv; əv] ['gɑːlɪk] [dʒuːs]
a **few** **drops** **of** **garlic** **juice**
一个 很少 滴 的 蒜 汁

几滴蒜汁

[dæʃ] [ɒv; əv] [keɪ'en] ['pepə(r)]
dash **of** **cayenne** **pepper**
短跑 的 辣椒 胡椒

少许辣椒粉

['levə)l] ['teɪblspuːn] ['tʃɪli] [sɔːs]
level **tablespoon** **chili** **sauce**
等级 汤匙 辣椒 酱

一平勺辣椒酱

['mʌʃrʊm] [suːp] [tuː; tə] ['mɔɪsn]
mushroom **soup** **to** **moisten**
蘑菇 汤 到 濡

用蘑菇汤润湿

[mɪks][ɪn'taɪə(r)]['resəpi][tə'geðə(r)] .

Mix	**entire**	**recipe**	**together**	**.**
混合	全部的	食谱	一起	.

将所有材料混合在一起。

[fɪl] [ʃelz] [wɪð] ['mɪkstʃə(r)][ænd; ənd][tɒp] [wɪð] [bred] [krʌmz] [ænd; ənd][dɒt] [wɪð] ['bʌtə(r)] .

Fill	**shells**	**with**	**mixture**	**and**	**top**	**with**	**bread**	**crumbs**	**and**	**dot**	**with**	**butter**	**.**
充满	贝壳	和	混合物	和	顶部	和	面包	面包屑	和	点	和	黄油	.

将混合物填入贝壳面中，撒上面包屑，点缀上黄油。

[beɪk] [fɔː(r); fə(r)][ə'baʊt] - ['mɪnɪts] [ɔː(r)][ʌn'tɪl] [braʊn] [ɪn] - [dɪ'griː] ['ʌv(ə)n] .

Bake	**for**	**about**	**20**	**minutes**	**or**	**until**	**brown**	**in**	**350**	**degree**	**oven**	**.**
烤	为了	关于	-	分钟	或者	直到	棕色的	在	-	程度	烤箱	.

在 350 度烤箱中烘烤约 20 分钟或直至呈棕色。

[ðɪs] ['resəpi][ɪz] ['kwɪkli] [meɪd] [ænd; ənd] [meɪ] [biː; bi] [ə'laʊd] [tuː; tə][stænd][ɪn]['aɪsbɒks] ['sevrəl] ['aʊəz]

This	**recipe**	**is**	**quickly**	**made**	**and**	**may**	**be**	**allowed**	**to**	**stand**	**in**	**icebox**	**several**	**hours**
这	食谱	是	迅速地	制成	和	可能	是	允许	到	站立	在	冰箱	一些	小时

[bɪ'fɔː(r)] ['kʊkɪŋ] . -

before	**cooking**	**.**	**10**
前	烹饪	.	-

这道菜做法简单快捷，做好后可以放在冰箱里冷藏几个小时再烹饪。10

[ʃrɪmp] [ænd; ənd] ['ɔɪstə(r)] [ˌdʒæmbə'laɪə]

SHRIMP	**AND**	**OYSTER**	**JAMBALAYA**
虾	和	牡蛎	什锦饭

虾和牡蛎什锦饭

[θriː] [kʌps] [rɔː] [raɪs]

3	**cups**	**raw**	**rice**
3	杯子	生的	米

3杯生米

½ [paɪnt]['ɔɪstə(r)z] , [dreɪn] ; [rɪ'zɜːv] ['lɪkwɪd]

½	**pint**	**oysters**	**,**	**drain**	**;**	**reserve**	**liquid**
½	品脱	牡蛎	,	流走	;	预订	液体

半品脱牡蛎，沥干；保留汁液

¼ [kʌp] ['kʊkɪŋ] [ɔɪl]

¼	**cup**	**cooking**	**oil**
¼	杯子	烹饪	油

¼ 杯食用油

[wʌn] [paʊnd] [freʃ] [ʃrɪmp] , [kliːnd] [ænd; ənd] [diː'vein]

1	**pound**	**fresh**	**shrimp**	**,**	**cleaned**	**and**	**deveined**
1	磅	新鲜的	虾	,	已清洗	和	去筋

1磅新鲜虾，已清洗去虾线

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)]

2	**tablespoons**	**butter**
2	汤匙	黄油

2汤匙黄油

¼ [kʌp]['flaʊə(r)]

¼	**cup**	**flour**
¼	杯子	面粉

¼ 杯面粉

½ [kʌp] ['seləri] , [tʃɒpt] [faɪn]

½	**cup**	**celery**	**,**	**chopped**	**fine**
½	杯子	芹菜	,	切碎	美好的

半杯切碎的芹菜

[wʌn] [lɑːdʒ] ['ʌnjən] , [tʃɒpt] [faɪn]
1 large onion , chopped fine
1 大的 洋葱 , 切碎 美好的

1个大洋葱，切碎

½ [kʌp] [kænd] [həʊl] [tə'mɑːtəʊz]
½ cup canned whole tomatoes
½ 杯子 罐装 所有的 西红柿

半杯罐装整番茄

[wʌn] [kləʊv] ['gɑːlɪk] , [mæʃt]
1 clove garlic , mashed
1 丁香 蒜 , 捣碎

1瓣蒜，捣碎

[wʌn] [beɪ] [liːf] , ['ɒpʃən(ə)l]
1 bay leaf , optional
1 湾 叶子 , 选修的

1片月桂叶（可选）

[wʌn] [ˌpɪmɪ'ɛntəʊ] , [tʃɒpt]
1 pimiento , chopped
1 辣椒 , 切碎

1个甜椒，切碎

¼ [kʌp] ['pɑːsli] , [tʃɒpt]
¼ cup parsley , chopped
¼ 杯子 香菜 , 切碎

¼ 杯切碎的欧芹

[wʌn] ['tiːspuːn] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs]
1 teaspoon Worcestershire sauce
1 茶匙 伍斯特郡 酱

1茶匙伍斯特沙司

[sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] [tuː; tə] [teɪst]
salt and pepper to taste
盐 和 胡椒 到 品尝

盐和胡椒粉适量

[kʊk] [raɪs] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə] [də'rekʃ(ə)nz] [ɒn] ['pækɪdʒ] , [set] [ə'saɪd] .
Cook rice according to directions on package , set aside .
厨师 米 根据 到 方向 在 包裹 , 放 旁边 .

按照包装上的说明煮熟米饭，盛出备用。

[hiːt] ['bʌtə(r)] [ɪn] ['sɔːspən] , [ˌeɪ diː 'diː] [ʃrɪmp] , [kʊk] [faɪv] ['mɪnɪts] ; [ˌeɪ diː 'diː] ['ɔɪstə(r)z] , [ænd; ənd]
Heat butter in saucepan , add shrimp , cook 5 minutes ; add oysters , and
热 黄油 在 平底锅 , 添加 虾 , 厨师 5 分钟 ; 添加 牡蛎 , 和
[kʊk] [faɪv] ['mɪnɪts] [lɒŋgə(r)] ;
cook 5 minutes longer ;
厨师 5 分钟 更长 ;

在平底锅中加热黄油，加入虾，煮5分钟；加入牡蛎，再煮5分钟；

[set] [ə'saɪd] .
set aside .
放 旁边 .

放在一边。

[hiːt] [ɔɪl] [ɪn] [lɑːdʒ] ['hevi] ['skɪlɪt] , [wɪð] [taɪt] ['fɪtɪŋ] [lɪd] .
Heat oil in large heavy skillet , with tight fitting lid .
热 油 在 大的 重的 煎锅 , 和 紧的 配件 盖 .

在大而厚的煎锅中加热油，并盖上严实的锅盖。

[meɪk] [ə; eɪ] [ruː] [baɪ] ['ædɪŋ] [ðə; ði]['flaʊə(r)] ; [stɜː(r)] ['kɒnstəntli] [tɪl] ['gəʊldən] [braʊn] .

Make	a	roux	by	adding	the	flour	;	stir	constantly	till	golden	brown	.
制作	一个	鲁	经过	添加	这	面粉	;	搅拌	不断地	直到	金的	棕色的	.

加入面粉制成面糊；不断搅拌至金黄色。

[teɪk] [pɒt] [ɒf] [ðə; ði]['faɪə(r)] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː] ['ʌnjənz] [ænd; ənd] ['seləri] .

Take	pot	off	the	fire	,	and	add	onions	and	celery	.
拿	锅	离开	这	火	,	和	添加	洋葱	和	芹菜	.

将锅从火上移开，加入洋葱和芹菜。

[stɜː(r)][ʌn'tɪl]['vedʒtəb(ə)lz][ɑː(r); ə(r)] ['wɪðəd] .

Stir	until	vegetables	are	withered	.
搅拌	直到	蔬菜	是	干枯	.

搅拌至蔬菜变软。

[ˌeɪ diː 'diː][tə'mɑːtəʊz] , [beɪ] [liːf] [ænd; ənd]['gɑːlɪk] .

Add	tomatoes	,	bay	leaf	and	garlic	.
添加	西红柿	,	湾	叶子	和	蒜	.

加入西红柿、月桂叶和大蒜。

[stɜː(r)][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] .

Stir	a	few	minutes	.
搅拌	一个	很少	分钟	.

搅拌几分钟。

[ˌeɪ diː 'diː] [kʊkt] [raɪs][tuː; tə]['mɪkstʃə(r)] , [stɜː(r)] ['iːvnli] .

Add	cooked	rice	to	mixture	,	stir	evenly	.
添加	煮熟	米	到	混合物	,	搅拌	均匀地	.

将煮好的米饭加入混合物中，搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] [kʊkt] [ʃrɪmp] [ænd; ənd]['ɔɪstə(r)z] .

Add	cooked	shrimp	and	oysters	.
添加	煮熟	虾	和	牡蛎	.

加入煮熟的虾和牡蛎。

['siːz(ə)n] [tuː; tə] [teɪst] .

Season	to	taste	.
季节	到	品尝	.

根据个人口味调味。

['kʌvə(r)] [wɪð] [lɪd] .

Cover	with	lid	.
覆盖	和	盖	.

盖上盖子。

[kʊk] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] .

Cook	over	low	heat	about	10	minutes	.
厨师	超过	低的	热	关于	-	分钟	.

小火煮约10分钟。

[ˌeɪ diː 'diː] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs] , ['pɑːsli] [ænd; ənd][ˌpɪmɪ'ɛntəʊ] .

Add	Worcestershire	sauce	,	parsley	and	pimiento	.
添加	伍斯特郡	酱	,	香菜	和	辣椒	.

加入伍斯特沙司、欧芹和甜椒。

[sɜːv] [hɒt] .

Serve	hot	.
服务	热的	.

趁热食用。

[ʃrɪmp] ['tʃaʊdə(r)]

SHRIMP	CHOWDER
虾	浓汤

虾浓汤

[θriː] ['miːdiəm] ['ʌnjənz] , [slaɪst]
3 **medium** **onions** **,** **sliced**
3 中等的 洋葱 , 切片

3个中等大小的洋葱，切片

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [fæt]
3 **tablespoons** **fat**
3 汤匙 胖的

3汤匙脂肪

[wʌn] [kʌp] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)]
1 **cup** **boiling** **water**
1 杯子 沸腾 水

杯沸水

[faɪv] ['miːdiəm] [pə'teɪtəʊz]
5 **medium** **potatoes**
5 中等的 土豆

5个中等大小的土豆

[θriː] ['tiːspuːn] [sɔːlt]
3 **teaspoons** **salt**
3 茶匙 盐

3茶匙盐

¼ ['tiːspuːn] ['pepə(r)]
¼ **teaspoon** **pepper**
¼ 茶匙 胡椒

¼茶匙胡椒粉

[wʌn] [paʊnd] [freʃ] [ʃrɪmp]
1 **pound** **fresh** **shrimp**
1 磅 新鲜的 虾

1磅鲜虾

[wʌn] [kwɔːt] [mɪlk] , ['hiːtɪd]
1 **quart** **milk** **,** **heated**
1 夸脱 牛奶 , 加热

1夸脱牛奶，加热

[wʌn] [kʌp] (1¼ [paʊnd]) ['greɪtɪd] [p'rəsest] [ə'merɪkən] ['tʃedə(r)] [tʃiːz]
1 **cup** **(** **1¼** **pound** **)** **grated** **processed** **American** **Cheddar** **cheese**
1 杯子 (1¼ 磅) 磨碎的 已处理 美国人 切达干酪 奶酪

杯（1¼ 磅）磨碎的加工美式切达奶酪

[ˌtuː'tuː] ['teɪblspuːn] [mɪnst] ['pɑːsli]
2 **tablespoon** **minced** **parsley**
2 汤匙 剁碎 香菜

2汤匙切碎的欧芹

['səʊteɪ] ['ʌnjənz] [ɪn] [hɒt] [fæt] [ɪn] [diːp] ['ket(ə)l] [ʌn'tɪl] ['tendə(r)] .
Sauté **onions** **in** **hot** **fat** **in** **deep** **kettle** **until** **tender** **.**
炒 洋葱 在 热的 胖的 在 深的 壶 直到 投标 .

在大锅中用热油炒洋葱至软烂。

[ˌeɪ diː 'diː] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] , [ðen] [slaɪst] [pə'teɪtəʊz] , [sɔːlt] , ['pepə(r)] .
Add **boiling** **water** **,** **then** **sliced** **potatoes** **,** **salt** **,** **pepper** **.**
添加 沸腾 水 , 然后 切片 土豆 , 盐 , 胡椒 .

加入沸水，然后加入土豆片、盐和胡椒粉。

['sɪmə(r)] , ['kʌvəd] , - ['mɪnɪts] [ɔː(r)] [ʌn'tɪl] [pə'teɪtəʊz] [ɑː(r); ə(r)] ['tendə(r)] .
Simmer **,** **covered** **,** **15** **minutes** **or** **until** **potatoes** **are** **tender** **.**
煨 , 涵盖 , - 分钟 或者 直到 土豆 是 投标 .

盖上锅盖，小火慢炖 15 分钟或直至土豆变软。

[ðen] [ˌeɪ diː ˈdiː] [ʃrɪmp] , [kʊkt] [wɪð] [ˈvɪsərə] [rɪˈmuːvd] , [ðə; ði] [hɒt] [mɪlk] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [tʃiːz]

Then **add** **shrimp** **,** **cooked** **with** **viscera** **removed** **,** **the** **hot** **milk** **in** **which** **the** **cheese**

然后 添加 虾 , 煮熟 和 内脏 已移除 , 这 热的 牛奶 在 哪个 这 奶酪

[hæz; həz] [biːn] [ˈmeltɪd] ,

has **been** **melted** **,**

有 到过 融化 ,

然后加入去内脏的煮熟的虾，以及融化了奶酪的热牛奶。

[ænd; ənd] [ˈpɑːsli] .

and **parsley** **.**

和 香菜 .

还有欧芹。

[sɜːv] [æt; ət] [wʌns] .

Serve **at** **once** **.**

服务 在 一次 .

立即食用。

[stʌft] [təˈmɑːtəʊz] [wɪð] [ʃrɪmp]

STUFFED **TOMATOES** **WITH** **SHRIMP**

填充 西红柿 和 虾

虾仁酿番茄

[wʌn] [paʊnd] [ʃrɪmp]

1 **pound** **shrimp**

1 磅 虾

1磅虾

[fɔːr] [lɑːdʒ] [təˈmɑːtəʊz]

4 **large** **tomatoes**

4 大的 西红柿

4个大番茄

½ [kʌp] [tʃɒpt] [ˈʌnjənz]

½ **cup** **chopped** **onions**

½ 杯子 切碎 洋葱

半杯切碎的洋葱

¼ [kʌp] [tʃɒpt] [ʃəˈlɔts]

¼ **cup** **chopped** **shallots**

¼ 杯子 切碎 小葱

¼ 杯切碎的红葱头

½ [kʌp] [tʃɒpt] [ˈseləri]

½ **cup** **chopped** **celery**

½ 杯子 切碎 芹菜

半杯切碎的芹菜

¼ [kʌp] [tʃɒpt] [ˈpɑːsli]

¼ **cup** **chopped** **parsley**

¼ 杯子 切碎 香菜

¼ 杯切碎的欧芹

½ [kʌp] [tʃɒpt] [griːn] [ˈpepə(r)]

½ **cup** **chopped** **green** **pepper**

½ 杯子 切碎 绿色的 胡椒

半杯切碎的青椒

[wʌn] [kləʊv] [ˈgɑːlɪk] [tʃɒpt] [faɪn]

1 **clove** **garlic** **chopped** **fine**

1 丁香 蒜 切碎 美好的

1瓣蒜，切碎

½ ['tiːspuːn] ['lɔːri] ['siːzənɪŋ]
½ teaspoon Lawry seasoning
½ 茶匙 劳里 调料

½ 茶匙劳里调味料

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
½ teaspoon salt
½ 茶匙 盐

½茶匙盐

¼ ['tiːspuːn] ['pepə(r)]
¼ teaspoon pepper
¼ 茶匙 胡椒

¼茶匙胡椒粉

[wʌn] ['tiːspuːn] ['ʃʊgə(r)]
1 teaspoon sugar
1 茶匙 糖

1茶匙糖

½ [blɒk] [ˌmɑːdʒə'riːn]
½ block margarine
½ 堵塞 人造黄油

半块人造黄油

½ [kʌp] [bred] [krʌmz]
½ cup bread crumbs
½ 杯子 面包 面包屑

半杯面包屑

[bɔɪl] [ʃrɪmp] [ʌn'tɪl] [dʌn] , [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] .
Boil shrimp until done , about 10 minutes .
熬 虾 直到 完毕 , 关于 - 分钟 .

将虾煮熟，大约10分钟。

[piːl] , [diː'veɪn][ænd; ənd] [tʃɒp] [faɪn] .
Peel , devein and chop fine .
果皮 , 德文 和 劈 美好的 .

去皮、去筋、切碎。

[wɒʃ] [tə'mɑːtəʊz][ænd; ənd][slaɪs] [ɒf] [tɒps][ænd; ənd] [skuːp] [aʊt] [miːt] ['liːvɪŋ] [ʃelz] [fɔː(r); fə(r)] ['fɪlɪŋ]
Wash tomatoes and slice off tops and scoop out meat leaving shells for filling
洗 西红柿 和 片 离开 最高额 和 舀 出去 肉 离开 贝壳 为了 填充
['leɪtə(r)] .
later .
之后 .

将西红柿洗净，切掉顶部，挖出果肉，留下果皮稍后填充。

[tʃɒp] [tə'mɑːtəʊ] [miːt] [ɪn] [faɪn] ['piːsɪz] .
Chop tomato meat in fine pieces .
劈 番茄 肉 在 美好的 件 .

将番茄肉切成细丁。

[melt] [ˌmɑːdʒə'riːn][ɪn] ['sɔːspən] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ɔːl] ['siːzniŋz] [ɪk'sept] [bred] [krʌmz] .
Melt margarine in saucepan and add all seasonings except bread crumbs .
熔化 人造黄油 在 平底锅 和 添加 全部 调味料 除了 面包 面包屑 .

在平底锅中融化人造黄油，加入除面包屑外的所有调味料。

['səʊteɪ] [tɪl] ['tendə(r)] [nɒt] [braʊn] .
Sauté till tender not brown .
炒 直到 投标 不是 棕色的 .

翻炒至软嫩但不要变色。

[ˌeɪ diː 'diː] [rɔː] [tə'mɑːtəʊ] [miːt] [tuː; tə] ['siːzənɪŋ] , [ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)] ,

Add	raw	tomato	meat	to	seasoning	,	add	sugar	,
添加	生的	番茄	肉	到	调料	,	添加	糖	,

加入生番茄肉调味，加入糖，

[sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][ænd; ənd][kən'tɪnjuː] ['kʊkɪŋ] [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] [ɔː(r)][ʌn'tɪl]['lɪkwɪd] [kʊks] [daʊn]

salt	and	pepper	and	continue	cooking	about	20	minutes	or	until	liquid	cooks	down
盐	和	胡椒	和	继续	烹饪	关于	-	分钟	或者	直到	液体	厨师	向下

.

:

.

加入盐和胡椒粉，继续煮约 20 分钟或直到汤汁收干。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [ʃrɪmp] [ænd; ənd][kən'tɪnjuː][tuː; tə] [kʊk] [ə'baʊt][fɔːr] ['mɪnɪts] .

Then	add	shrimp	and	continue	to	cook	about	4	minutes	.
然后	添加	虾	和	继续	到	厨师	关于	4	分钟	.

然后加入虾仁，继续煮约 4 分钟。

[teɪk] [frɒm; frəm]['faɪə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː] [bred] [krʌmz] [tuː; tə] ['θɪkən] ['mɪkstʃə(r)] , ['seɪvɪŋ] [ə'baʊt][ə; eɪ] [θɜːd]

Take	from	fire	,	add	bread	crumbs	to	thicken	mixture	,	saving	about	a	third
拿	从	火	,	添加	面包	面包屑	到	加厚	混合物	,	保存	关于	一个	第三

[ɒv; əv] [krʌmz] [fɔː(r); fə(r)]['leɪtə(r)] .

of	crumbs	for	later	.
的	面包屑	为了	之后	.

从火上移开，加入面包屑使混合物变稠，留出大约三分之一的面包屑备用。

['ɑːftə(r)]['mɪksɪŋ] [bred] [krʌmz] [tuː; tə]['mɪkstʃə(r)] , [pʊt][ɪn][tə'mɑːtəʊ] [ʃelz] .

After	mixing	bread	crumbs	to	mixture	,	put	in	tomato	shells	.
后	混合	面包	面包屑	到	混合物	,	放	在	番茄	贝壳	.

将面包屑拌入混合物中，然后放入番茄壳中。

['sprɪŋk(ə)l] [rɪ'meɪnɪŋ] [bred] [krʌmz] [ɒn][tɒp][ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n][ə'baʊt] - [dɪ'griːz]

Sprinkle	remaining	bread	crumbs	on	top	and	bake	in	moderate	oven	about	350	degrees
撒	其余的	面包	面包屑	在	顶部	和	烤	在	缓和	烤箱	关于	-	学位

[fɔː(r); fə(r)] - [ɔː(r)] - ['mɪnɪts] ,

for	25	or	30	minutes	,
为了	-	或者	-	分钟	,

将剩余的面包屑撒在顶部，放入预热至350度的烤箱烘烤25至30分钟。

[ɔː(r)][ʌn'tɪl] [ʃelz] [ə'pɪə(r)] ['tendə(r)] .

or	until	shells	appear	tender	.
或者	直到	贝壳	出现	投标	.

或者直到贝壳变软为止。

[sɜːrvz] [fɔːr] .

Serves	4	.
服务	4	.

可供 4 人食用。

[ʃrɪmp] ['gʌmbəʊ]

SHRIMP	GUMBO
虾	秋葵汤

什锦虾浓汤

[bɔɪl] 1½ [paʊndz] [ʃrɪmp] , [ðen] [piːl] ; [waɪl] [ʃrɪmp] [ɑː(r); ə(r)] ['bɔɪlɪŋ] :

Boil	1½	pounds	shrimp	,	then	peel	;	while	shrimp	are	boiling	:
熬	1½	磅	虾	,	然后	果皮	;	尽管	虾	是	沸腾	:

将1.5磅虾煮熟，然后剥壳；虾煮熟的同时：

[tʃɒp] [ʌp][ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['ʌnjən]

chop	up	a	large	onion
劈	向上	一个	大的	洋葱

将一个大洋葱切碎

[θriː]['slaɪsɪz][ɒv; əv]['beɪkən] [tʃɒpt]
3 slices of bacon chopped
3 切片 的 熏肉 切碎

3片培根切碎

[wʌn][hɒt]['pepə(r)] [tʃɒpt]
1 hot pepper chopped
1 热的 胡椒 切碎

1个切碎的辣椒

[braʊn] ['beɪkən][ʌn'tɪl][krɪsp] , [ˌeɪ diː 'diː]['ʌnjən] , ['səʊteɪ] , [bʌt; bət][duː; də][nɒt] [braʊn] .
Brown bacon until crisp , add onion , sauté , but do not brown .
棕色的 熏肉 直到 脆 , 添加 洋葱 , 炒 , 但 做 不是 棕色的 .

将培根煎至酥脆，加入洋葱翻炒，但不要煎至焦黄。

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ][kæn; kən][ɒv; əv][hɒt]['roʊˌtɛl][tə'mɑːtəʊz] , [ænd; ənd]['pepə(r)] , [wʌn][kæn; kən][ɒv; əv]
Add a can of hot rotel tomatoes , and pepper , one can of
添加 一个 能 的 热的 罗特尔 西红柿 , 和 胡椒 , 一 能 的
[tə'mɑːtəʊ] [sɔːs] ,
tomato sauce ,
番茄 酱 ,

加入一罐辣味番茄丁、胡椒粉和一罐番茄酱。

['sɪmə(r)] [ɔːl] [tə'geðə(r)] , [wɪð] [ðə; ðɪ] [ʃrɪmp] .
simmer all together , with the shrimp .
煨 全部 一起 , 和 这 虾 .

将所有食材（包括虾）一起炖煮。

[ˌeɪ diː 'diː][wʌn] ['teɪblspuːn] [ɒv; əv]['flaʊə(r)][fɔː(r); fə(r)] ['θɪkənɪŋ] , [sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][tuː; tə] [teɪst] .
Add one tablespoon of flour for thickening , salt and pepper to taste .
添加 一 汤匙 的 面粉 为了 增稠 , 盐 和 胡椒 到 品尝 .

加入一汤匙面粉勾芡，加盐和胡椒粉调味。

[mɒk] [ˌentʃi'lɑːdəz]
MOCK ENCHILADAS
嘲笑 墨西哥辣酱玉米饼

仿制墨西哥辣酱玉米饼

[wʌn][kæn; kən] ['hɒmɪni]
1 can hominy
1 能 玉米粥

1罐玉米粒

[wʌn][kæn; kən] ['tʃɪli] ([wɪ'ðaʊt] [biːnz])
1 can chili (without beans)
1 能 辣椒 (没有 豆子)

1罐辣椒（不含豆子）

[pʊt]['leɪə(r)][ɒv; əv] ['hɒmɪni] [ænd; ənd]['leɪə(r)][ɒv; əv] ['tʃɪli] .
Put layer of hominy and layer of chili .
放 层 的 玉米粥 和 层 的 辣椒 .

铺一层玉米粒，再铺一层辣椒。

['kʌvə(r)] ['dʒenərəsli] [wɪð] ['greɪtɪd] [ə'merɪkən] [tʃiːz] .
Cover generously with grated American cheese .
覆盖 慷慨地 和 磨碎的 美国人 奶酪 .

撒上大量磨碎的美式奶酪。

[rɪ'piːt] .
Repeat .
重复 .

重复。

[beɪk] [æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] . -
Bake **at** **325** **degrees** **for** **30** **minutes** **.** **11**
烤 在 - 学位 为了 - 分钟 . -

以325度烘烤30分钟。11

· ['sælədz] ·
· **SALADS** ·
· 沙拉 ·

· 沙拉 ·

[ə'merɪkən] [gə'spætʃəʊ]
AMERICAN **GAZPACHO**
美国人 西班牙凉菜汤

美式冷汤

[fɔːr] ['miːdiəm] - [smɔːl] ([ə'baʊt] 1⅛ [paʊndz]) [red] - [raɪp]['dʒuːsi][tə'mɑːtəʊz]
4 **medium** **-** **small** **(** **about** **1⅛** **pounds** **)** **red** **-** **ripe** **juicy** **tomatoes**
4 中等的 - 小的 (关于 1⅛ 磅) 红色的 - 成熟 多汁的 西红柿

4个中等偏小（约1⅛磅）的红熟多汁番茄

[wʌn] [lɒŋ] ([ə'baʊt] - ['ɪntʃɪz]) [θɪn] ['kjuːkʌmbə(r)] ([pɛə])
1 **long** **(** **about** **10** **inches** **)** **thin** **cucumber** **(** **pared** **)**
1 长的 (关于 - 英寸) 薄的 黄瓜 (精简)

1根长约10英寸的细长黄瓜（去皮）

½ [ɒv; əv][ə; eɪ] ['miːdiəm] - [saɪzd] [griːn] ['pepə(r)]
½ **of** **a** **medium** **-** **sized** **green** **pepper**
½ 的 一个 中等的 - 尺寸 绿色的 胡椒

半个中等大小的青椒

[wʌn] [red] ['ʌnjən] ([twaɪs] [ðə; ði][saɪz][ɒv; əv][ə; eɪ]['wɔːlnʌt])
1 **red** **onion** **(** **twice** **the** **size** **of** **a** **walnut** **)**
1 红色的 洋葱 (两次 这 尺寸 的 一个 核桃)

个红洋葱（大小约为核桃的两倍）

[ˌtuː'tuː] [dreɪnd] [kænd] [pɪm'iəntəʊz]
2 **drained** **canned** **pimientos**
2 排水 罐装 辣椒

2个沥干水分的罐装甜椒

[wʌn] [smɔːl] ['gɑːlɪk] [kləʊv]
1 **small** **garlic** **clove**
1 小的 蒜 丁香

1小瓣蒜

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['ɒlɪv] [ɔɪl]
2 **tablespoons** **olive** **oil**
2 汤匙 橄榄 油

2汤匙橄榄油

[ˌtuː'tuː] ['tiːspuːn] [strɒŋ] [red] [waɪn] ['vɪnɪgə(r)]
2 **teaspoons** **strong** **red** **wine** **vinegar**
2 茶匙 强的 红色的 葡萄酒 醋

2茶匙浓红酒醋

[wʌn] [kʌp] ['aɪsi] - [kəʊld]['wɔːtə(r)]
1 **cup** **icy** **-** **cold** **water**
1 杯子 冰冷的 - 寒冷的 水

杯冰水

[wʌn][tuː; tə] 1½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
1 **to** **1½** **teaspoons** **salt**
1 到 1½ 茶匙 盐

1至1.5茶匙盐

¼ ['tiːspuːn] [waɪt] ['pepə(r)]
¼ teaspoon white pepper
¼ 茶匙 白色的 胡椒

¼茶匙白胡椒粉

[rɪ'muːv] [skɪn] [frɒm; frəm] [tə'mɑːtəʊz] ,
Remove skin from tomatoes ,
消除 皮肤 从 西红柿 ,

去除番茄皮

['ɑːftə(r)] ['dɪpɪŋ] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] [ɔː(r)] ['wetɪŋ] [ænd; ənd] ['twɜːrlɪŋ] [ɒn] [ə; eɪ] [lɒŋ] [fɔːk] ['əʊvə(r)] [ə; eɪ]
after dipping in boiling water or wetting and twirling on a long fork over a
后 浸渍 在 沸腾 水 或者 润湿 和 旋转 在 一个 长的 叉 超过 一个
[gæs] [fleɪm] .
gas flame .
气体 火焰 .

将面团浸入沸水中，或用长叉蘸湿后在煤气火焰上旋转。

[rɪ'zɜːv] [hɑːf] [ðə; ði] [tə'mɑːtəʊz] , [hɑːf] [ðə; ði] ['kjuːkʌmbə(r)] , [ænd; ənd] [hɑːf] [ðə; ði] ['gɪv(ə)n] [ə'maʊnt] [ɒv; əv]
Reserve half the tomatoes , half the cucumber , and half the given amount of
预订 一半 这 西红柿 , 一半 这 黄瓜 , 和 一半 这 给定 数量 的
[griːn] ['pepə(r)] .
green pepper .
绿色的 胡椒 .

预留一半的西红柿、一半的黄瓜和一半的青椒。

['kwɔːtə(r)] [rɪ'meɪnɪŋ] [tə'mɑːtəʊz] ; [slaɪs] [rɪ'meɪnɪŋ] ['kjuːkʌmbə(r)] , [rɪ'meɪnɪŋ] [griːn] ['pepə(r)] [ænd; ənd]
Quarter remaining tomatoes ; slice remaining cucumber , remaining green pepper and
四分之一 其余的 西红柿 ; 片 其余的 黄瓜 , 其余的 绿色的 胡椒 和
[ðə; ði] [həʊl] ['ʌnjən] ;
the whole onion ;
这 所有的 洋葱 ;

将剩下的西红柿切成四瓣；将剩下的黄瓜、剩下的青椒和整个洋葱切片；

[pleɪs] [ɪn] ['blendə(r)] [ɪn] [ðæt] ['ɔːdə(r)] [wɪð] [wʌn] [ˌpɪmɪ'ɛntəʊ] , [piːld] [slaɪst] ['gɑːlɪk] [kləʊv] , [ɔɪl] [ænd; ənd]
place in blender in that order with 1 pimiento , peeled sliced garlic clove , oil and
地方 在 混合器 在 那 命令 和 1 辣椒 , 去皮 切片 蒜 丁香 , 油 和
['vɪnɪgə(r)] .
vinegar .
醋 .

按此顺序将 1 个甜椒、去皮切片的蒜瓣、油和醋放入搅拌机中。

[blend] [æt; ət] [haɪ] [spiːd] [ʌn'tɪl] [smuːð] — [ə'baʊt] [ˌtuː'tuː] ['mɪnɪts] .
Blend at high speed until smooth — about 2 minutes .
混合 在 高的 速度 直到 光滑的 — 关于 2 分钟 .

高速搅拌至顺滑——约2分钟。

[ðeə(r)] [wɪl] [biː; bi] [ə'baʊt] 2½ [kʌps] .
There will be about 2½ cups .
那里 将要 是 关于 2½ 杯子 .

大约会有2.5杯。

[ˌeɪ diː 'diː] ['wɔːtə(r)] , [wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] ; [tɜːn] ['ɪntuː] [ə; eɪ] 1½ - [kwɔːt] [kən'teɪnə(r)] .
Add water , 1 teaspoon salt and pepper ; turn into a 1½ - quart container .
添加 水 , 1 茶匙 盐 和 胡椒 ; 转动 进入 一个 1½ - 夸脱 容器 .

加入水、1茶匙盐和胡椒粉；倒入1.5夸脱的容器中。

[naɪf] - [tʃɒp] ['feəli] [faɪn] , [ðə; ðɪ] [rɪ'zɜːvd] ['kjuːkʌmbə(r)] , [rɪ'zɜːvd] [griːn] ['pepə(r)] [ænd; ənd]
Knife - chop fairly fine , the reserved cucumber , reserved green pepper and
刀 - 劈 相当 美好的 , 这 预订的 黄瓜 , 预订的 绿色的 胡椒 和
[rɪ'meɪnɪŋ] [ˌpɪmɪ'ɛntəʊ] .
remaining pimiento .
其余的 辣椒 .

将预留的黄瓜、预留的青椒和剩余的甜椒用刀切成细末。

[ðeə(r)] [wɪl] [biː; bi] [ə'baʊt] 1½ [kʌps] ; [stɜː(r)] ['ɪntuː] ['blendɪd] ['mɪkstʃə(r)] .
There will be about 1½ cups ; stir into blended mixture .
那里 将要 是 关于 1½ 杯子 ; 搅拌 进入 混合 混合物 .

大约会有 1.5 杯；搅拌到混合物中。

[ˌeɪ diː 'diː] [ɪ'nʌf] [ɒv; əv] [rɪ'meɪnɪŋ] [sɔːlt] ([ɔː(r)] [mɔː(r)]) [tuː; tə] [suːt] [teɪst] .
Add enough of remaining salt (or more) to suit taste .
添加 足够的 的 其余的 盐 (或者 更多的) 到 套装 品尝 .

根据个人口味添加剩余的盐（或更多）。

['kʌvə(r)] ['taɪtli] [ænd; ənd] [rɪ'frɪdʒəreɪt] [ʌn'tɪl] [tʃɪld] [ɔː(r)] [ˌəʊvə'naɪt] .
Cover tightly and refrigerate until chilled or overnight .
覆盖 紧紧 和 冷藏 直到 冷藏 或者 过夜 .

盖紧，放入冰箱冷藏至冰凉或过夜。

[æt; ət] ['sɜːvɪŋ] [taɪm] , [pʊt] [æn; ən] [aɪs] [kjuːb] [ɪn] [iːtʃ] [kʌp] [ɔː(r)] [bəʊl] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ðɪ]
At serving time , put an ice cube in each cup or bowl and add the
在 服务 时间 , 放 一个 冰 立方体 在 每个 杯子 或者 碗 和 添加 这
[gə'spætʃəʊ] .
gazpacho .
西班牙凉菜汤 .

上菜时，在每个杯子或碗里放入一块冰块，然后倒入西班牙凉菜汤。

[meɪks] [fɔːr] [tuː; tə] [sɪks] [s'ɜːvɪŋz] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [rɪ'freʃɪŋ] , ['kɒrəl] - ['kʌləd] [fɜːst] [kɔːs] ;
Makes 4 to 6 servings of a refreshing , coral - colored first course ;
制作 4 到 6 份量 的 一个 令人耳目一新 , 珊瑚 - 有色 第一的 课程 ;

可做4至6人份清爽的珊瑚色头盘；

[nəʊ] ['sæləd] ['niːdɪd] [wen] [gə'spætʃəʊ] [ɪz] [sɜːvd] .
no salad needed when gazpacho is served .
不 沙拉 需要 什么时候 西班牙凉菜汤 是 服务 .

享用西班牙凉菜汤时无需搭配沙拉。

['kæbɪdʒ] - ['kærət] ['sæləd]
CABBAGE - CARROT SALAD
卷心菜 - 胡萝卜 沙拉

卷心菜胡萝卜沙拉

½ [kʌp] ['reɪzɪnz]
½ cup raisins
½ 杯子 葡萄干

半杯葡萄干

⅓ [kʌp] [krʌʃt] ['paɪnæp(ə)l]
⅓ cup crushed pineapple
⅓ 杯子 碎 菠萝

⅓ 杯碎菠萝

¼ [kʌp] [ˌmeɪə'neɪz]
¼ cup mayonnaise
¼ 杯子 蛋黄酱

¼ 杯蛋黄酱

½	['miːdiəm]	[hed]	['kæbɪdʒ]	(	['ʃredɪd]	)
½	**medium**	**head**	**cabbage**	**(**	**shredded**	**)**
½	中等的	头	卷心菜	(	碎	)

半个中等大小的卷心菜（切丝）

[ˌtuːˈtuː]	[lɑːdʒ]	[skreɪpt]	['kærəts]	(	['ʃredɪd]	)
2	**large**	**scraped**	**carrots**	**(**	**shredded**	**)**
2	大的	刮擦	胡萝卜	(	碎	)

2根大胡萝卜，去皮切丝

[pʊt]	[ɔːl]	[ðə; ði]	['aɪtəmz]	['lɪstɪd]	[əˈbʌv]	[ɪn]	[dɪʃ]	[ænd; ənd]	[mɪks]	;	[sɔːlt]	[ænd; ənd]	['pepə(r)]	[tuː; tə]	[teɪst]	.
Put	**all**	**the**	**items**	**listed**	**above**	**in**	**dish**	**and**	**mix**	**;**	**salt**	**and**	**pepper**	**to**	**taste**	**.**
放	全部	这	项目	列出	多于	在	盘子	和	混合	;	盐	和	胡椒	到	品尝	.

将以上所有食材放入盘中拌匀；根据口味加盐和胡椒粉。

[ˌmækəˈrəʊni]	[ænd; ənd]	['sæmən]	['sæləd]
MACARONI	**AND**	**SALMON**	**SALAD**
通心粉	和	三文鱼	沙拉

通心粉和三文鱼沙拉

[wʌn]	['pækɪdʒ]	[ˌmækəˈrəʊni]
1	**package**	**macaroni**
1	包裹	通心粉

包通心粉

[wʌn]	[kæn; kən]	['sæmən]
1	**can**	**salmon**
1	能	三文鱼

1罐鲑鱼

[ˌtuːˈtuː]	['teɪbəlˌspuːnz]	['greɪtɪd]	['ʌnjən]
2	**tablespoons**	**grated**	**onion**
2	汤匙	磨碎的	洋葱

2汤匙磨碎的洋葱

¼	[daɪst]	['seləri]
¼	**diced**	**celery**
¼	切丁	芹菜

¼ 切丁芹菜

[ˌtuːˈtuː]	[hɑːd]	-	[kʊkt]	[egz]
2	**hard**	**-**	**cooked**	**eggs**
2	难的	-	煮熟	鸡蛋

2个煮熟的鸡蛋

[wʌn]	[kʌp]	['θaʊz(ə)nd]	['aɪlənd]	['dresɪŋ]
1	**cup**	**Thousand**	**Island**	**dressing**
1	杯子	千	岛	敷料

杯千岛酱

[bɔɪl]	[wʌn]	['pækɪdʒ]	[ˌmækəˈrəʊni]	[ɪn]	['sɔːltɪd]	['wɔːtə(r)]	[ʌnˈtɪl]	['tendə(r)]	(	[əˈbaʊt]	['sɛvən]	['mɪnɪts]	)	.
Boil	**1**	**package**	**macaroni**	**in**	**salted**	**water**	**until**	**tender**	**(**	**about**	**7**	**minutes**	**)**	**.**
熬	1	包裹	通心粉	在	咸的	水	直到	投标	(	关于	7	分钟	)	.

将 1 包通心粉放入加盐的沸水中煮至软熟（约 7 分钟）。

[rɪns]	['ʌndə(r)]	[kəʊld]	['wɔːtə(r)]	[spreɪ]	[tuː; tə]	[rɪˈmuːv]	['gʌmi]	['rezɪdjuː]	,	[dreɪn]	[ænd; ənd]	[set]	[əˈsaɪd]	[tuː; tə]
Rinse	**under**	**cold**	**water**	**spray**	**to**	**remove**	**gummy**	**residue**	**,**	**drain**	**and**	**set**	**aside**	**to**
冲洗	在下面	寒冷的	水	喷	到	消除	软糖	残留物	,	流走	和	放	旁边	到

[kuːl]	.
cool	**.**
凉爽的	.

用冷水喷淋冲洗以去除粘稠残留物，沥干水分，放在一旁冷却。

[mɪks][tə'geðə(r)] : [wʌn][kæn; kən]['sæmən] (['seprət] ['ɪntu:][baɪt] - [saɪz] [tʃʌŋks]) , [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz]

Mix	**together**	**:**	**1**	**can**	**salmon**	**(**	**separate**	**into**	**bite**	**-**	**size**	**chunks**	**)**	**,**	**2**	**tablespoons**
混合	一起	:	1	能	三文鱼	(	分离	进入	咬	-	尺寸	块	)	,	2	汤匙

['greɪtɪd] ['ʌnjən] , ½ [kʌp] ['seləri] ,

grated	**onion**	**,**	**½**	**cup**	**celery**	**,**
磨碎的	洋葱	,	½	杯子	芹菜	,

将以下食材混合在一起：1 罐鲑鱼（切成一口大小的块状）、2 汤匙磨碎的洋葱、½ 杯芹菜、

[ˌtu:'tu:][hɑ:d] - [kʊkt] [egz] ([daɪst]) [ænd; ənd] [ɪ'nʌf] ['θaʊz(ə)nd] ['aɪlənd] ['dresɪŋ] [tu:; tə] [gɪv]

2	**hard**	**-**	**cooked**	**eggs**	**(**	**diced**	**)**	**and**	**enough**	**Thousand**	**Island**	**dressing**	**to**	**give**
2	难的	-	煮熟	鸡蛋	(	切丁	)	和	足够的	千	岛	敷料	到	给

['prɒpə(r)] [kən'sɪstənsi] ([ə'baʊt][wʌn][kʌp]) .

proper	**consistency**	**(**	**about**	**1**	**cup**	**)**	**.**
恰当的	一致性	(	关于	1	杯子	)	.

2 个煮熟的鸡蛋（切丁）和适量的千岛酱，使其达到合适的稠度（约 1 杯）。

[ˌeɪ di: 'di:][tu:; tə] [ku:ld] [ˌmækə'rəʊni] , ['mɪksɪŋ] [wɪð] [fɔ:k] ,

Add	**to**	**cooled**	**macaroni**	**,**	**mixing**	**with**	**fork**	**,**
添加	到	冷却	通心粉	,	混合	和	叉	,

加入冷却后的通心粉中，用叉子搅拌均匀。

[ænd; ənd] [tʃɪl] [ɪn][rɪ'frɪdʒəreɪtə(r)][ʌn'tɪl] ['redi] [tu:; tə] [sɜ:v] [wɪð] [raɪ] ['traɪˌæŋgl] [ɔ:(r)][sɔ:l'ti:n; spl'ti:n]

and	**chill**	**in**	**refrigerator**	**until**	**ready**	**to**	**serve**	**with**	**rye**	**triangles**	**or**	**saltine**
和	寒意	在	冰箱	直到	准备好	到	服务	和	黑麦	三角形	或者	苏打饼干

['krækəz] .

crackers	**.**
饼干	.

放入冰箱冷藏，待食用时可搭配黑麦三角面包或苏打饼干。

['skɪlɪt] ['sæləd]

SKILLET	**SALAD**
煎锅	沙拉

平底锅沙拉

[fɔ:r]['slaɪsɪz]['beɪkən]

4	**slices**	**bacon**
4	切片	熏肉

4片培根

¼ [kʌp]['vɪnɪgə(r)]

¼	**cup**	**vinegar**
¼	杯子	醋

¼ 杯醋

[wʌn] ['teɪblspu:n] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]

1	**tablespoon**	**brown**	**sugar**
1	汤匙	棕色的	糖

1汤匙红糖

[wʌn] ['ti:spu:n] [sɔ:lt]

1	**teaspoon**	**salt**
1	茶匙	盐

1茶匙盐

[wʌn] ['teɪblspu:n] ['faɪnli] [tʃɒpt] ['ʌnjən]

1	**tablespoon**	**finely**	**chopped**	**onion**
1	汤匙	精细地	切碎	洋葱

1汤匙切碎的洋葱

[fɔ:r][kʌps] (½ ['mi:diəm] [hed]) ['ʃredɪd] ['kæbɪdʒ]

4	**cups**	**(**	**½**	**medium**	**head**	**)**	**shredded**	**cabbage**
4	杯子	(	½	中等的	头	)	碎	卷心菜

杯（半个中等大小的卷心菜丝）

½ [kʌp] [tʃɒpt] ['pɑːsli]
½ cup chopped parsley
½ 杯子 切碎 香菜

半杯切碎的欧芹

[kʊk] ['beɪkən] [tɪl] [krɪsp] ; [rɪ'muːv] [frɒm; frəm] ['skɪlɪt] [ænd; ənd]['krʌmb(ə)l] .
Cook bacon till crisp ; remove from skillet and crumble .
厨师 熏肉 直到 脆 ; 消除 从 煎锅 和 崩溃 .

将培根煎至酥脆；从煎锅中取出并弄碎。

[ˌeɪ diː 'diː]['vɪnɪgə(r)] , ['ʃʊgə(r)] , [sɔːlt] , ['ʌnjən] [tuː; tə][fæt][ɪn] ['skɪlɪt] .
Add vinegar , sugar , salt , onion to fat in skillet .
添加 醋 , 糖 , 盐 , 洋葱 到 胖的 在 煎锅 .

在煎锅的油中加入醋、糖、盐和洋葱。

[ˌeɪ diː 'diː]['krʌmb(ə)ld]['beɪkən] .
Add crumbled bacon .
添加 崩溃了 熏肉 .

加入碎培根。

[hiːt] ['θʌrəli] ; [teɪk] [frɒm; frəm][reɪndʒ][ænd; ənd] [tɒs] ['kæbɪdʒ] [ænd; ənd] ['pɑːsli] [ɪn][hɒt]
Heat thoroughly ; take from range and toss cabbage and parsley in hot
热 彻底 ; 拿 从 范围 和 折腾 卷心菜 和 香菜 在 热的
['dresɪŋ] .
dressing .
敷料 .

彻底加热；从炉子上取下，将卷心菜和欧芹拌入热酱汁中。

['krænbəri] ['sæləd]
CRANBERRY SALAD
蔓越莓 沙拉

蔓越莓沙拉

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
1 cup sugar
1 杯子 糖

杯糖

[wʌn] [lɑːdʒ] [kæn; kən] [krʌʃt] ['paɪnæp(ə)l] , [dreɪnd]
1 large can crushed pineapple , drained
1 大的 能 碎 菠萝 , 排水

大罐碎菠萝，沥干水分

[wʌn] [kʌp] [kɔːs] [tʃɒpt] [nʌts]
1 cup coarse chopped nuts
1 杯子 粗 切碎 坚果

杯粗切坚果

[ˌtuː'tuː] [kʌps] [kʌt] [ʌp] [mˈɑːʃmɛlˌəʊz]
2 cups cut up marshmallows
2 杯子 切 向上 棉花糖

杯切碎的棉花糖

[blend] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðə(r)] [ænd; ənd] [let] [stænd] [waɪl] [prɪ'peərɪŋ] ['dʒeləʊ] .
Blend ingredients together and let stand while preparing jello .
混合 原料 一起 和 让 站立 尽管 准备 果冻 .

将所有材料混合均匀，静置片刻，同时准备果冻。

[dɪ'zɒlv] [wʌn] ['pækɪdʒ] [ɒv; əv] ['rɑːzbəri] ['dʒeləʊ][ɪn][wʌn][kʌp][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] ['paɪnæp(ə)l][dʒuːs] (
Dissolve **one** **package** **of** **raspberry** **jello** **in** **one** **cup** **of** **the** **boiling** **pineapple** **juice** **(**
溶解 一 包裹 的 覆盆子 果冻 在 一 杯子 的 这 沸腾 菠萝 汁 (
[ɪf] [nɒt][ə; eɪ][kʌp][ˌeɪ diː 'diː]['wɔːtə(r)]) .
if **not** **a** **cup** **add** **water** **)** **.**
如果 不是 一个 杯子 添加 水) .

将一包覆盆子果冻粉溶解在一杯沸腾的菠萝汁中（如果没有一杯，就加水）。

[kuːl] ['dʒeli][ʌn'tɪl] [θɪk] ,
Cool **jelly** **until** **thick** **,**
凉爽的 果冻 直到 厚的 ,

将果冻冷却至浓稠，

[mɪks] [wɪð] [ðə; ði] [ə'bʌv] [ænd; ənd][lɑːst][mɪks][ɪn][wʌn][paɪnt][ɒv; əv] ['wɪpɪŋ] [kriːm] [wɪpt] .
mix **with** **the** **above** **and** **last** **mix** **in** **one** **pint** **of** **whipping** **cream** **whipped** **.**
混合 和 这 多于 和 最后的 混合 在 一 品脱 的 鞭打 奶油 鞭打 .

将上述材料混合，最后加入一品脱打发的鲜奶油。

[pɔː(r)]['ɪntuː][dɪ'zaɪəd][məʊldz][ænd; ənd] [tʃɪl] [fɔː(r); fə(r)] ['sevrəl] ['aʊəz] . -
Pour **into** **desired** **molds** **and** **chill** **for** **several** **hours** **.** **12**
倒 进入 想要的 模具 和 寒意 为了 一些 小时 . -

倒入所需模具，冷藏数小时。12

· [spredz] · ['sænwɪtʃz] ·
· **SPREADS** · **SANDWICHES** ·
· 传播 · 三明治 ·

·涂抹酱 ·三明治 ·

['sænwɪtʃ] [ləʊf]
SANDWICH **LOAF**
三明治 面包

三明治面包

[best] - ['evə(r)] ['sænwɪtʃ] ,
Best **-** **ever** **sandwich** **,**
最好的 - 曾经 三明治 ,

有史以来最好吃的三明治

['iːzi] [tuː; tə] [meɪk] ;
Easy **to** **make** **;**
简单的 到 制作 ;

制作简单；

['betə(r)][ðæn; ðən]['kændi] ,
Better **than** **candy** **,**
更好的 比 糖果 ,

比糖果还好吃，

['betə(r)][ðæn; ðən] [keɪk] .
Better **than** **cake** **.**
更好的 比 蛋糕 .

比蛋糕还好吃。

[wʌn][ləʊf] [waɪt] ['sænwɪtʃ] [bred] , [ʌns'laɪst]
1 **loaf** **white** **sandwich** **bread** **,** **unsliced**
1 面包 白色的 三明治 面包 , 未切片的

1条未切片的白吐司面包

[wʌn][ləʊf] [braʊn] ['sænwɪtʃ] [bred] , [ʌns'laɪst]
1 **loaf** **brown** **sandwich** **bread** **,** **unsliced**
1 面包 棕色的 三明治 面包 , 未切片的

1条未切片的棕色三明治面包

[eit] ['pækɪdʒɪz] [kri:m] [tʃi:z]
8 **packages** **cream** **cheese**
8 包裹 奶油 奶酪

包奶油奶酪

[wʌn] [kʌp] [ˌmeɪə'neɪz]
1 **cup** **mayonnaise**
1 杯子 蛋黄酱

杯蛋黄酱

[wʌn] [kæn; kən] [ˌpɪmɪ'ɛntəʊ]
1 **can** **pimiento**
1 能 辣椒

1罐甜椒

[ˌtu:'tu:] [kænz] ['devəld] [hæm]
2 **cans** **deviled** **ham**
2 罐头 魔鬼 火腿

2罐魔鬼火腿

[wʌn] ['kju:kʌmbə(r)]
1 **cucumber**
1 黄瓜

1根黄瓜

¼ [paʊnd] [fʊl] [kri:m] [wɪs'kɒnsɪn] [tʃi:z]
¼ **pound** **full** **cream** **Wisconsin** **cheese**
¼ 磅 满的 奶油 威斯康星州 奶酪

¼磅全脂威斯康星奶酪

[ˌtu:'tu:] [kʌps] ['tʃɪkɪn] ['sæləd] ['sænwɪtʃ] ['mɪkstʃə(r)]
2 **cups** **chicken** **salad** **sandwich** **mixture**
2 杯子 鸡 沙拉 三明治 混合物

杯鸡肉沙拉三明治混合物

[wʌn] ['teɪblspu:n] ['greɪtɪd] ['ʌnjən]
1 **tablespoon** **grated** **onion**
1 汤匙 磨碎的 洋葱

1汤匙磨碎的洋葱

[kʌt] [krʌst] [ɒf] [ɒv; əv] [bred] .
Cut **crust** **off** **of** **bread** **.**
切 地壳 离开 的 面包 .

把面包皮切掉。

[kʌt] [i:tʃ] [ləʊf] ['ɪntu:] [faɪv] [pɑ:ts] ['leŋθwaɪz] .
Cut **each** **loaf** **into** **5** **parts** **lengthwise** **.**
切 每个 面包 进入 5 部分 纵向 .

将每个面包纵向切成 5 份。

[ɒn] [pi:s] [ɒv; əv] [waɪt] [bred] [spred] ['tʃɪkɪn] ['sæləd] ['mɪkstʃə(r)] .
On **piece** **of** **white** **bread** **spread** **chicken** **salad** **mixture** **.**
在 片 的 白色的 面包 传播 鸡 沙拉 混合物 .

在白面包片上涂抹鸡肉沙拉混合物。

[tɒp] [wɪð] [braʊn] [slaɪs] , [spred] [wɪð] [ˌpɪmɪ'ɛntəʊ] [ænd; ənd] [wɪs'kɒnsɪn] ['mɪkstʃə(r)] .
Top **with** **brown** **slice** **,** **spread** **with** **pimiento** **and** **Wisconsin** **mixture** **.**
顶部 和 棕色的 片 , 传播 和 辣椒 和 威斯康星州 混合物 .

上面放一片棕色的面包片，涂上甜椒和威斯康星混合酱。

[tɒp] [wɪð] [waɪt] [slaɪs] , [spred] [wɪð] ['devəld] [hæm] [mɪkst] [ˌmeɪə'neɪz] .
Top **with** **white** **slice** **,** **spread** **with** **deviled** **ham** **mixed** **mayonnaise** **.**
顶部 和 白色的 片 , 传播 和 魔鬼 火腿 混合 蛋黄酱 .

上面放一片白面包，涂上火腿蛋黄酱。

[tɒp] [wɪð] [braʊn] [slaɪs] ,
Top **with** **brown** **slice** **,**
顶部 和 棕色的 片 ,

上面放一片棕色的面包片，

[spred] [wɪð] ['kjuːkʌmbəz] [tʃɒpt] [ænd; ənd] ['ædɪd] [tuː; tə][ˌtuː'tuː] ['pækɪdʒɪz] [kriːm] [tʃiːz] [ænd; ənd]
spread **with** **cucumbers** **chopped** **and** **added** **to** **2** **packages** **cream** **cheese** **and**
传播 和 黄瓜 切碎 和 额外 到 2 包裹 奶油 奶酪 和
[ˌmeɪə'neɪz] [ænd; ənd][wʌn] ['teɪblspuːn] ['greɪtɪd] ['ʌnjən] .
mayonnaise **and** **1** **tablespoon** **grated** **onion** **.**
蛋黄酱 和 1 汤匙 磨碎的 洋葱 .

将黄瓜丁涂抹在黄油上，加入 2 包奶油奶酪、蛋黄酱和 1 汤匙磨碎的洋葱。

[tɒp] [wɪð] [waɪt] .
Top **with** **white** **.**
顶部 和 白色的 .

顶部涂上白色。

[aɪs] [ləʊf] [wɪð] [kriːm] [tʃiːz] [mɪkst] [wɪð] [ˌmeɪə'neɪz] .
Ice **loaf** **with** **cream** **cheese** **mixed** **with** **mayonnaise** **.**
冰 面包 和 奶油 奶酪 混合 和 蛋黄酱 .

冰棍，里面拌入奶油奶酪和蛋黄酱。

[duː; də][nɒt] [sɜːv] [ʌn'tɪl][ˌtuː'tuː] ['aʊəz] ['ɑːftə(r)] ['meɪkɪŋ] .
Do **not** **serve** **until** **2** **hours** **after** **making** **.**
做 不是 服务 直到 2 小时 后 制作 .

做好后至少要等两个小时才能食用。

[ˌævə'kɑːdəʊ] ['sænwɪtʃ] [spred]
AVOCADO **SANDWICH** **SPREAD**
牛油果 三明治 传播

牛油果三明治酱

[wʌn] [lɑːdʒ] [ˌævə'kɑːdəʊ]
1 **large** **avocado**
1 大的 牛油果

1个大牛油果

[wʌn] [smɔːl] ['ʌnjən] , [mɪnst]
1 **small** **onion** **,** **minced**
1 小的 洋葱 , 剁碎

1个小洋葱，切碎

[wʌn] [smɔːl] [tə'mɑːtəʊ] , [mɪnst] — [piːl] [baɪ] ['drɒpɪŋ] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] [ðen] [ɪn][kəʊld]['wɔːtə(r)]
1 **small** **tomato** **,** **minced** **—** **peel** **by** **dropping** **in** **boiling** **water** **then** **in** **cold** **water**
1 小的 番茄 , 剁碎 — 果皮 经过 下降 在 沸腾 水 然后 在 寒冷的 水

1个小番茄，切碎——先放入沸水中去皮，再放入冷水中去皮。

[ˌtuː'tuː] [smɔːl] ['saʊə(r)] ['pɪklz] , [mɪnst]
2 **small** **sour** **pickles** **,** **minced**
2 小的 酸的 泡菜 , 剁碎

2根小酸黄瓜，切碎

[wʌn]['gɑːlɪk] ['bʌt(ə)n] , [mæʃt] [ɔː(r)]['gɑːlɪk][sɔːlt][tuː; tə] [teɪst]
1 **garlic** **button** **,** **mashed** **or** **garlic** **salt** **to** **taste**
1 蒜 按钮 , 捣碎 或者 蒜 盐 到 品尝

1瓣蒜，捣碎或适量蒜盐

⅓ [kʌp][pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz] , [mɪnst]
⅓ **cup** **pecans** **,** **minced**
⅓ 杯子 山核桃 , 剁碎

⅓ 杯切碎的山核桃

[dʒuːs][ɒv; əv] [smɔːl] ['lemən]
juice **of** **small** **lemon**
汁 的 小的 柠檬

小柠檬汁

⅛ ['tiːspuːn] [sɔːlt]
⅛ **teaspoon** **salt**
⅛ 茶匙 盐

⅛茶匙盐

[mæʃ] [ˌævə'kɑːdəʊ] , [æz; əz][juː; jʊ] [wʊd] [ə; eɪ][pə'teɪtəʊ] , [ˌeɪ diː 'diː]['lemən][dʒuːs][tuː; tə][ə'vɔɪd]
Mash **avocado** **,** **as** **you** **would** **a** **potato** **,** **add** **lemon** **juice** **to** **avoid**
捣碎 牛油果 , 作为 你 会 一个 土豆 , 添加 柠檬 汁 到 避免
[dɪsˌkʌlə'reɪʃn] [ɒv; əv][ˌævə'kɑːdəʊ] .
discoloration **of** **avocado** **.**
变色 的 牛油果 .

将牛油果捣成泥，就像捣土豆泥一样，加入柠檬汁以防止牛油果变色。

[ˌeɪ diː 'diː] [mɪnst] ['ʌnjən] , [tə'mɑːtəʊ] , ['pɪklz] , [mæʃt] ['gɑːlɪk]['bʌt(ə)n][ɔː(r)]['gɑːlɪk][sɔːlt][ænd; ənd]
Add **minced** **onion** **,** **tomato** **,** **pickles** **,** **mashed** **garlic** **button** **or** **garlic** **salt** **and**
添加 剁碎 洋葱 , 番茄 , 泡菜 , 捣碎 蒜 按钮 或者 蒜 盐 和
[mɪnst] ['piːkən] [miːts] .
minced **pecan** **meats** **.**
剁碎 胡桃 肉类 .

加入洋葱碎、番茄碎、酸黄瓜碎、蒜泥或蒜盐和山核桃碎。

[mɪks] [wel] [ænd; ənd] [spred] [ɒn] ['laɪtli] ['bʌtəd] [bred] , [waɪt] [ɔː(r)] [braʊn] .
Mix **well** **and** **spread** **on** **lightly** **buttered** **bread** **,** **white** **or** **brown** **.**
混合 出色地 和 传播 在 轻轻 涂黄油的 面包 , 白色的 或者 棕色的 .

充分搅拌后涂抹在涂抹了少量黄油的面包上，白面包或黑面包均可。

['lentən] ['sænwɪtʃ] [spred]
LENTEN **SANDWICH** **SPREAD**
大斋期 三明治 传播

斋戒三明治酱

⅓ [kʌp] ['sɔːltɪd] ['piːnʌts]
⅓ **cup** **salted** **peanuts**
⅓ 杯子 咸的 花生

⅓ 杯咸花生

[wʌn][ˌpɪmɪ'ɛntəʊ]
1 **pimiento**
1 辣椒

1个甜椒

¼ [kʌp] [ˌmeɪə'neɪz]
¼ **cup** **mayonnaise**
¼ 杯子 蛋黄酱

¼ 杯蛋黄酱

½ [paʊnd] ['tʃedə(r)] [tʃiːz]
½ **pound** **cheddar** **cheese**
½ 磅 切达干酪 奶酪

半磅切达奶酪

[ˌtuː'tuː] [bɔɪld] [ʃeld] [egz]
2 **boiled** **shelled** **eggs**
2 煮沸 带壳 鸡蛋

2个煮熟去壳的鸡蛋

[pʊt] ['sɔːltɪd] ['piːnʌts] , [ˌpɪmɪ'ɛntəʊ] , [egz] [ænd; ənd] ['tʃedə(r)] [tʃiːz] [θruː] [ə; eɪ] [fuːd] ['graɪndə(r)]

Put	salted	peanuts	,	pimiento	,	eggs	and	cheddar	cheese	through	a	food	grinder
放	咸的	花生	,	辣椒	,	鸡蛋	和	切达干酪	奶酪	通过	一个	食物	磨床

[ænd; ənd] [ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [ˌmeɪə'neɪz] .

and	then	add	the	mayonnaise	.
和	然后	添加	这	蛋黄酱	.

将咸花生、甜椒、鸡蛋和切达奶酪放入食物研磨机中研磨，然后加入蛋黄酱。

['krænbəri] ['relɪʃ]

CRANBERRY	RELISH
蔓越莓	尽情享用

蔓越莓酱

[ˌtuː'tuː] [kʌps] [graʊnd] ['krænbəriz]

2	cups	ground	cranberries
2	杯子	地面	蔓越莓

杯蔓越莓粉

[wʌn] [kɔːd] ['æp(ə)l]

1	cored	apple
1	核心	苹果

个去核苹果

[wʌn] ['ɒrɪndʒ]

1	orange
1	橙子

1个橙子

½ [kʌp] [tʃɒpt] [pɪ'kænz; pɪ'kɑːnz]

½	cup	chopped	pecans
½	杯子	切碎	山核桃

半杯切碎的山核桃

½ [kʌp] ['grænjʊleɪtɪd]['ʃʊgə(r)]

½	cup	granulated	sugar
½	杯子	颗粒状	糖

半杯砂糖

[pʊt][ðə; ði][fɜːst] [θriː] [ɪn'griːdiənts] [θruː] [fuːd] ['tʃɒpə(r)] , ['juːzɪŋ] [kɔːs] [bleɪd] .

Put	the	first	three	ingredients	through	food	chopper	,	using	coarse	blade	.
放	这	第一的	三	原料	通过	食物	直升机	,	使用	粗	刀刃	.

将前三种食材放入食物料理机，使用粗刀片进行切碎。

[ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)][ænd; ənd] [nʌt] [miːts] , [mɪks] [wel] [ænd; ənd] [tʃɪl] .

Add	sugar	and	nut	meats	,	mix	well	and	chill	.
添加	糖	和	坚果	肉类	,	混合	出色地	和	寒意	.

加入糖和坚果仁，搅拌均匀，冷藏。

['kiːfər] ['kaʊnti] [peə(r)] ['relɪʃ]

KEIFER	COUNTY	PEAR	RELISH
开菲尔	县	梨	尽情享用

基弗县梨酱

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

来自美国国民的食谱(Recipes from American National)
第3/3页

[wʌn] [pek] [ɒv; əv] ['kiːfər] [peəz] [graʊnd] [ɪn] [fuːd] ['tʃɒpə(r)]
1 **peck** **of** **Keifer** **pears** **ground** **in** **food** **chopper**
1 啄 的 基弗 梨 地面 在 食物 直升机

佩克（约 1 克）基弗梨用食物切碎机磨碎

[faɪv] ['ʌnjənz] ['miːdiəm]
5 **onions** **medium**
5 洋葱 中等的

5个中等大小的洋葱

[sɪks] [bel] ['pepəz]
6 **bell** **peppers**
6 钟 辣椒

6个甜椒

[ˌtuː'tuː] [hɒt] ['pepəz]
2 **hot** **peppers**
2 热的 辣椒

2个辣椒

[fɔːr] [kʌps] ['ʃʊgə(r)]
4 **cups** **sugar**
4 杯子 糖

4杯糖

[faɪv] [kʌps] ['vɪnɪgə(r)]
5 **cups** **vinegar**
5 杯子 醋

5杯醋

[wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt]
1 **teaspoon** **salt**
1 茶匙 盐

1茶匙盐

[wʌn] ['tiːspuːn] [mɪkst] [s'paɪsɪz]
1 **teaspoon** **mixed** **spices**
1 茶匙 混合 香料

1茶匙混合香料

[wʌn] ['tiːspuːn] ['tɜːmərɪk]
1 **teaspoon** **turmeric**
1 茶匙 姜黄

1茶匙姜黄

[mɪks] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd] [kʊk] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .
Mix **ingredients** **and** **cook** **for** **39** **minutes** **.**
混合 原料 和 厨师 为了 - 分钟 .

将所有食材混合，煮39分钟。

[ðɪs] ['relɪʃ] [kæn; kən] [biː; bi] [pʊt] [ʌp] [ɪn] [glɑːs] [dʒ'ɑːz] [ænd; ənd] [stɔː(r)d] .
This **relish** **can** **be** **put** **up** **in** **glass** **jars** **and** **stored** **.**
这 尽情享用 能 是 放 向上 在 玻璃 罐子 和 存储 .

这种调味酱可以装在玻璃罐里保存。

[ˌhəʊm'meɪd] [ˌmeɪə'neɪz]
HOMEMADE **MAYONNAISE**
自制 蛋黄酱

自制蛋黄酱

[wʌn] [smɔːl] [eg]
1 **small** **egg**
1 小的 蛋

1个小鸡蛋

[wʌn] ['tiːspuːn] [ɒv; əv]['ʃʊgə(r)]
1 **teaspoon** **of** **sugar**
1 茶匙 的 糖

1茶匙糖

[wʌn] ['tiːspuːn] [ɒv; əv][sɔːlt]
1 **teaspoon** **of** **salt**
1 茶匙 的 盐

1茶匙盐

[wʌn] ['tiːspuːn] [ɒv; əv] ['mʌstəd]
1 **teaspoon** **of** **mustard**
1 茶匙 的 芥末

1茶匙芥末

[fɔːr] ['tiːspuːn] [ɒv; əv]['vɪnɪgə(r)]
4 **teaspoons** **of** **vinegar**
4 茶匙 的 醋

4茶匙醋

[dæʃ] [ɒv; əv] [tə'bæskəʊ]
dash **of** **tabasco**
短跑 的 塔巴斯科辣椒酱

少许塔巴斯科辣椒酱

['pepə(r)][ɔː(r)][pə'priːkə; 'pæprɪkə]
pepper **or** **paprika**
胡椒 或者 辣椒

胡椒粉或辣椒粉

[wʌn][paɪnt][ɒv; əv][ɔɪl] , [ðæt][hæz; həz] [biːn] [tʃɪld] [ɪn][rɪ'frɪdʒəreɪtə(r)]
1 **pint** **of** **oil** **,** **that** **has** **been** **chilled** **in** **refrigerator**
1 品脱 的 油 , 那 有 到过 冷藏 在 冰箱

1品脱油，已在冰箱中冷藏

[biːt] [ðə; ði] [eg] [wɪð] [ðə; ði][sɔːlt] , ['ʃʊgə(r)] , ['mʌstəd] [ænd; ənd]['vɪnɪgə(r)] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][ɔɪl]
Beat **the** **egg** **with** **the** **salt** **,** **sugar** **,** **mustard** **and** **vinegar** **,** **and** **add** **the** **oil**
打 这 蛋 和 这 盐 , 糖 , 芥末 和 醋 , 和 添加 这 油
['sləʊli] ,
slowly **,**
缓慢地 ,

将鸡蛋与盐、糖、芥末和醋搅拌均匀，然后慢慢加入油。

[drɒp][baɪ][drɒp][ʌn'tɪl][hɑːf][hæz; həz] [biːn] [juːst] .
drop **by** **drop** **until** **half** **has** **been** **used** **.**
降低 经过 降低 直到 一半 有 到过 用过的 .

一滴一滴地滴，直到用掉一半。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][pə'priːkə; 'pæprɪkə][ɔː(r)][ðə; ði]['pepə(r)][ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][rest][ɒv; əv][ðə; ði][ɔɪl] . -
Add **the** **paprika** **or** **the** **pepper** **and** **add** **the** **rest** **of** **the** **oil** **.** **13**
添加 这 辣椒 或者 这 胡椒 和 添加 这 休息 的 这 油 . -

加入辣椒粉或胡椒粉，再加入剩余的油。13

: ['vedʒtəb(ə)lz] : ['speʃ(ə)l] ['dɪʃɪz] :
: **VEGETABLES** : **SPECIAL** **DISHES** :
: 蔬菜 : 特别的 菜肴 :

蔬菜：特色菜：

['tju:nə] , ['nu:d(ə)l] , ['vedʒtəb(ə)l] ['kæsərəʊl]
TUNA , **NOODLE** , **VEGETABLE** **CASSEROLE**
金枪鱼 , 面条 , 蔬菜 沙锅

金枪鱼面条蔬菜砂锅

[ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] ['bʌtə(r)]
2 **tablespoons** **butter**
2 汤匙 黄油

2汤匙黄油

[wʌn] [lɑ:dʒ] ['ʌnjən] , [mɪnst]
1 **large** **onion** , **minced**
1 大的 洋葱 , 剁碎

1个大洋葱，切碎

[wʌn][nəʊ] . [ˌtu:'tu:]
1 **No** . **2**
1 不 . 2

1号2

[kæn; kən] ['pi:z] , [dreɪnd]
can **peas** , **drained**
能 豌豆 , 排水

罐装豌豆，沥干水分

[ˌtu:'tu:]['sev(ə)n] - [aʊns] [kænz]['tju:nə]
2 **seven** - **ounce** **cans** **tuna**
2 七 - 盎司 罐头 金枪鱼

2罐7盎司装金枪鱼罐头

[θri:] [kʌps] [kʊkt] [faɪn] ['nu:d(ə)lz]
3 **cups** **cooked** **fine** **noodles**
3 杯子 煮熟 美好的 面条

杯煮熟的细面条

[sɪks] ['teɪbəlˌspu:nz] ['flaʊə(r)]
6 **tablespoons** **flour**
6 汤匙 面粉

6汤匙面粉

[sɪks] ['teɪbəlˌspu:nz] ['bʌtə(r)]
6 **tablespoons** **butter**
6 汤匙 黄油

6汤匙黄油

[wʌn] ['ti:spu:n] [sɔ:lt]
1 **teaspoon** **salt**
1 茶匙 盐

1茶匙盐

[θri:] [kʌps] [mɪlk]
3 **cups** **milk**
3 杯子 牛奶

3杯牛奶

¼ ['ti:spu:n] [blæk] ['pepə(r)]
¼ **teaspoon** **black** **pepper**
¼ 茶匙 黑色的 胡椒

¼茶匙黑胡椒

[wʌn] ['tiːspuːn] ['wʊstəʃə(r)]
1 **teaspoon** **Worcestershire**
1 茶匙 伍斯特郡

1茶匙伍斯特沙司

1½ [kʌps] ['greɪtɪd] [ʃɑːp] [tʃiːz]
1½ **cups** **grated** **sharp** **cheese**
1½ 杯子 磨碎的 锋利的 奶酪

1.5 杯磨碎的浓味奶酪

[pə'priːkə; 'pæprɪkə]
paprika
辣椒

辣椒

['səʊteɪ] ['ʌnjən] [ɪn] [ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ɒv; əv] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd] [mɪks] [wɪð] [dreɪnd] ['piːz] .
Sauté **onion** **in** **2** **tablespoons** **of** **butter** **and** **mix** **with** **drained** **peas** **.**
炒 洋葱 在 2 汤匙 的 黄油 和 混合 和 排水 豌豆 .

用2汤匙黄油炒香洋葱，然后与沥干水分的豌豆混合。

[breɪk] ['tjuːnə] [wɪð] [fɔːk] .
Break **tuna** **with** **fork** **.**
休息 金枪鱼 和 叉 .

用叉子将金枪鱼弄碎。

[kəm'baɪn] ['bʌtə(r)] , ['flaʊə(r)] , [sɔːlt] , ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs] ,
Combine **butter** **,** **flour** **,** **salt** **,** **Worcestershire** **sauce** **,**
结合 黄油 , 面粉 , 盐 , 伍斯特郡 酱 ,

将黄油、面粉、盐、伍斯特沙司混合。

['pepə(r)] [ænd; ənd] [mɪlk] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [kriːm] [sɔːs] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] [kʌp] ['greɪtɪd] [tʃiːz] .
pepper **and** **milk** **into** **a** **cream** **sauce** **and** **add** **1** **cup** **grated** **cheese** **.**
胡椒 和 牛奶 进入 一个 奶油 酱 和 添加 1 杯子 磨碎的 奶酪 .

将胡椒粉和牛奶加入奶油酱中，再加入 1 杯磨碎的奶酪。

[kʊk] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [gæs] [fleɪm] [ʌn'tɪl] [tʃiːz] [ɪz] ['meltɪd] [ænd; ənd] [sɔːs] [ɪz] [smuːð] .
Cook **over** **low** **gas** **flame** **until** **cheese** **is** **melted** **and** **sauce** **is** **smooth** **.**
厨师 超过 低的 气体 火焰 直到 奶酪 是 融化 和 酱 是 光滑的 .

用小火慢煮，直到奶酪融化，酱汁变得顺滑。

[ɔːl'tɜːnət] ['piːz] , ['nuːd(ə)lz] [ænd; ənd] ['tjuːnə] [ɪn] [griːzd] ['kæsərəʊl] [ænd; ənd] ['kʌvə(r)] [wɪð] [sɔːs] .
Alternate **peas** **,** **noodles** **and** **tuna** **in** **greased** **casserole** **and** **cover** **with** **sauce** **.**
备用 豌豆 , 面条 和 金枪鱼 在 涂油 沙锅 和 覆盖 和 酱 .

在抹了油的砂锅中交替放入豌豆、面条和金枪鱼，然后淋上酱汁。

[tɒp] [wɪð] [rɪ'meɪnɪŋ] ½ [kʌp] [tʃiːz] [ænd; ənd] ['sprɪŋk(ə)l] [pə'priːkə; 'pæprɪkə] [ɒn] [tɒp] .
Top **with** **remaining** **½** **cup** **cheese** **and** **sprinkle** **paprika** **on** **top** **.**
顶部 和 其余的 ½ 杯子 奶酪 和 撒 辣椒 在 顶部 .

在上面放上剩余的半杯奶酪，再撒上辣椒粉。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ɪn] - [dɪ'griːz] [ˌpriː'hiːtɪd] ['ʌv(ə)n] .
Bake **25** **to** **30** **minutes** **in** **350** **degrees** **preheated** **oven** **.**
烤 - 到 - 分钟 在 - 学位 预热 烤箱 .

在预热至 350 度的烤箱中烘烤 25 至 30 分钟。

[sɜːrvz] [sɪks] [tuː; tə] [eit] .
Serves **6** **to** **8** **.**
服务 6 到 8 .

可供 6 至 8 人食用。

['egplɑːnt] ['kæsərəʊl]
EGGPLANT **CASSEROLE**
茄子 沙锅

茄子砂锅

[wʌn] ['egplɑ:nt] (['mi:diəm])

1	eggplant	(	medium	)
1	茄子	(	中等的	)

个中等大小的茄子

[wʌn][kæn; kən][tə'mɑ:təʊ] [sɔ:s]

1	can	tomato	sauce
1	能	番茄	酱

1罐番茄酱

[wʌn] ['ʌnjən]

1	onion
1	洋葱

1个洋葱

[ˌtu:'tu:] [kləʊvz] ['gɑ:lɪk]

2	cloves	garlic
2	丁香	蒜

2瓣大蒜

[θri:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ɔɪl]

3	tablespoons	oil
3	汤匙	油

3汤匙油

['greɪtɪd]['pɑ:məzæn; ˌpɑ:mə'zæn] [tʃi:z]

grated	parmesan	cheese
磨碎的	帕尔马干酪	奶酪

磨碎的帕玛森奶酪

[fraɪ]['ʌnjən][ænd; ənd]['gɑ:lɪk][ɪn][ɔɪl][ʌn'tɪl]['gəʊldən] [braʊn] , [ˌeɪ di: 'di:][tə'mɑ:təʊ] [sɔ:s] , [wʌn][kæn; kən]

Fry	onion	and	garlic	in	oil	until	golden	brown	,	add	tomato	sauce	,	one	can
炒	洋葱	和	蒜	在	油	直到	金的	棕色的	,	添加	番茄	酱	,	一	能

[ɒv; əv]['wɔ:tə(r)] ,

of	water	,
的	水	,

用油将洋葱和大蒜炒至金黄色，加入番茄酱和一罐水。

[sɔ:lt][ænd; ənd]['pepə(r)] ; [let] [kʊk] [ʌn'tɪl] [θɪk] .

salt	and	pepper	;	let	cook	until	thick	.
盐	和	胡椒	;	让	厨师	直到	厚的	.

加盐和胡椒粉；煮至浓稠。

[slaɪs] ['egplɑ:nt] [ɪn] ½ - [ɪntʃ] [θɪk] ['slaɪsɪz] .

Slice	eggplant	in	½	-	inch	thick	slices	.
片	茄子	在	½	-	英寸	厚的	切片	.

将茄子切成 ½ 英寸厚的片。

[fraɪ][ʌn'tɪl] [dʌn] , [pleɪs] ['leɪə(r)][ɒv; əv] ['egplɑ:nt] [ɪn]['paɪreks] [dɪʃ] .

Fry	until	done	,	place	layer	of	eggplant	in	pyrex	dish	.
炒	直到	完毕	,	地方	层	的	茄子	在	派热克斯	盘子	.

煎至熟透，将茄子铺在玻璃烤盘中。

['kʌvə(r)] [wɪð] [sɔ:s] [ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] ['greɪtɪd]['pɑ:məzæn; ˌpɑ:mə'zæn] [tʃi:z] , [rɪ'pi:t] [ʌn'tɪl] [ɔ:l] [ɪz] [ju:st] .

Cover	with	sauce	and	sprinkle	with	grated	parmesan	cheese	,	repeat	until	all	is	used	.
覆盖	和	酱	和	撒	和	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	,	重复	直到	全部	是	用过的	.

淋上酱汁，撒上磨碎的帕玛森奶酪，重复此步骤直至全部用完。

[ɪ'tæliən] [staɪl] [skwɒʃ]
ITALIAN **STYLE** **SQUASH**
意大利语 风格 壁球

意式壁球

[fɔːr] [smɔːl] ['sɔːsɪdʒɪz]
4 **small** **sausages**
4 小的 香肠

4根小香肠

[wʌn] [smɔːl] ['ʌnjən]
1 **small** **onion**
1 小的 洋葱

1个小洋葱

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['ʃɔːtnɪŋ]
1 **tablespoon** **shortening**
1 汤匙 缩短

1汤匙起酥油

[wʌn][kæn; kən][ɔː(r)][wʌn] ['pækɪdʒ] [ɒv; əv]['frəʊz(ə)n] [skwɒʃ]
1 **can** **or** **1** **package** **of** **frozen** **squash**
1 能 或者 1 包裹 的 冷冻 壁球

1罐或1包冷冻南瓜

[daɪs] ['sɒsɪdʒ] [ænd; ənd]['ʌnjən][ænd; ənd] [braʊn] [ɪn] ['ʃɔːtnɪŋ] .
Dice **sausage** **and** **onion** **and** **brown** **in** **shortening** **.**
骰子 香肠 和 洋葱 和 棕色的 在 缩短 .

将香肠和洋葱切丁，用起酥油煎至棕色。

[ˌeɪ diː 'diː] [kʊkt] [skwɒʃ] .
Add **cooked** **squash** **.**
添加 煮熟 壁球 .

加入煮熟的南瓜。

[kʊk] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] [ʌn'tɪl]['lɪkwɪd][frɒm; frəm] [skwɒʃ] [ɪz]['ɔːlməʊst] [gɒn] .
Cook **over** **low** **heat** **until** **liquid** **from** **squash** **is** **almost** **gone** **.**
厨师 超过 低的 热 直到 液体 从 壁球 是 几乎 已消失 .

用小火慢煮，直到南瓜中的水分几乎完全蒸发。

[stʌft] [raʊnd] [steɪk]
STUFFED **ROUND** **STEAK**
填充 圆形的 牛排

酿馅圆牛排

['səʊteɪ][ɪn] ½ [kʌp] [ˌmɑːdʒə'riːn] :
Sauté **in** **½** **cup** **margarine** **:**
炒 在 ½ 杯子 人造黄油 :

用半杯人造黄油翻炒:

[wʌn] ['miːdiəm] ['ʌnjən] , [mɪnst]
1 **medium** **onion** **,** **minced**
1 中等的 洋葱 , 剁碎

1个中等大小的洋葱，切碎

[wʌn] [kləʊv] ['gɑːlɪk] , [mɪnst]
1 **clove** **garlic** **,** **minced**
1 丁香 蒜 , 剁碎

1瓣蒜，切碎

[kəm'baɪn] [wɪð] :
Combine **with** **:**
结合 和 :

搭配使用:

[θriː][kʌps] [kɔːs] [draɪ] [bred] [krʌmz]
3 cups coarse dry bread crumbs
3 杯子 粗 干燥 面包 面包屑

3杯粗粒干面包屑

½ [kʌp] [mɪnst] ['seləri]
½ cup minced celery
½ 杯子 剁碎 芹菜

半杯切碎的芹菜

½ [kʌp] [mɪnst] [rɔː] ['kærət]
½ cup minced raw carrot
½ 杯子 剁碎 生的 胡萝卜

半杯切碎的生胡萝卜

[wʌn] ['teɪblspuːn] [mɪnst] ['pɑːsli]
1 tablespoon minced parsley
1 汤匙 剁碎 香菜

1汤匙切碎的欧芹

[wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt]
1 teaspoon salt
1 茶匙 盐

1茶匙盐

¼ ['tiːspuːn] [taɪm]
¼ teaspoon thyme
¼ 茶匙 百里香

¼茶匙百里香

½ ['tiːspuːn] [seɪdʒ]
½ teaspoon sage
½ 茶匙 圣人

½茶匙鼠尾草

¼ ['tiːspuːn] ['pepə(r)]
¼ teaspoon pepper
¼ 茶匙 胡椒

¼茶匙胡椒粉

[spred] [ɒn] 1½ [paʊndz] [biːf] [raʊnd] [steɪk] .
Spread on 1½ pounds beef round steak .
传播 在 1½ 磅 牛肉 圆形的 牛排 .

涂抹在1.5磅重的牛后腿肉排上。

([fɜːst] , [bəʊn] [steɪk] [ænd; ənd] [paʊnd] ['flaʊə(r)] ['ɪntuː] [bəuθ] [saɪdz] ; [brʌʃ] [ɒf] [ɪk'ses] ['flaʊə(r)] .)
(First , bone steak and pound flour into both sides ; brush off excess flour .)
(第一的 , 骨 牛排 和 磅 面粉 进入 两个都 侧面 ; 刷子 离开 过量的 面粉 .)

（首先将牛排剔骨，两面都裹上面粉；刷掉多余的面粉。）

[rəʊl] [ʌp] [ænd; ənd] [taɪ] [sɪ'kjʊəli] .
Roll up and tie securely .
卷 向上 和 领带 安全地 .

卷起来并系紧。

[braʊn] [ɒn] [ɔːl] [saɪdz] [ɪn] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [hɒt] [fæt] [ɪn] [lɑːdʒ] ['hevi] [juː'tens(ə)l] .
Brown on all sides in a little hot fat in large heavy utensil .
棕色的 在 全部 侧面 在 一个 小的 热的 胖的 在 大的 重的 用具 .

用少量热油在大而重的器具中煎至四面金黄。

[ˌeɪ diː 'diː] ½ [kʌp] [hɒt] ['wɔːtə(r)] .
Add ½ cup hot water .
添加 ½ 杯子 热的 水 .

加入半杯热水。

['kʌvə(r)] ; [kʊk] 1½ ['aʊəz] [ɪn] - [dɪ'griːz] ['ʌv(ə)n] .

Cover	**;**	**cook**	**1½**	**hours**	**in**	**350**	**degrees**	**oven**	**.**
覆盖	;	厨师	1½	小时	在	-	学位	烤箱	.

盖上盖子；在 350 度烤箱中烤 1.5 小时。

[ʌn'kʌvə(r)] ; [ænd; ənd] [kʊk] ½ ['aʊə(r)][lɒŋgə(r)] .

Uncover	**;**	**and**	**cook**	**½**	**hour**	**longer**	**.**
揭露	;	和	厨师	½	小时	更长	.

揭开盖子，再煮半小时。

[ˌeɪ diː 'diː] ['θɪkənɪŋ] [tuː; tə][dʒuːs][ɪn][juː'tensə)l][fɔː(r); fə(r)]['greɪvi] .

Add	**thickening**	**to**	**juices**	**in**	**utensil**	**for**	**gravy**	**.**
添加	增稠	到	果汁	在	用具	为了	肉汁	.

在盛有肉汁的容器中加入增稠剂，制成肉汁。

[beɪkt] ['ɔɪstə(r)z]

BAKED	**OYSTERS**
烘焙	牡蛎

烤牡蛎

[wʌn][paɪnt]['ɔɪstə(r)z]

1	**pint**	**oysters**
1	品脱	牡蛎

品脱牡蛎

[wʌn] ['miːdiəm] [saɪz] ['ʌnjən] [ænd; ənd] [griːn] ['ʌnjənz]

1	**medium**	**size**	**onion**	**and**	**green**	**onions**
1	中等的	尺寸	洋葱	和	绿色的	洋葱

1个中等大小的洋葱和一些青葱

[wʌn][pɒd][ɒv; əv]['gɑːlɪk]

1	**pod**	**of**	**garlic**
1	荚	的	蒜

1瓣大蒜

['sevrəl] ['piːsɪz] [ɒv; əv] ['seləri] ([hɑːt])

several	**pieces**	**of**	**celery**	**(**	**heart**	**)**
一些	件	的	芹菜	(	心	)

几段芹菜（心）

['lɪt(ə)l] ['pɑːsli]

little	**parsley**
小的	香菜

小欧芹

[kʌt] [ə'bʌv] [ɪn'griːdiənts] ['ɪntuː] [smɔːl] ['piːsɪz] .

Cut	**above**	**ingredients**	**into**	**small**	**pieces**	**.**
切	多于	原料	进入	小的	件	.

将以上食材切成小块。

[kʊk] ['sləʊli] [ɪn]['bʌtə(r)] [ʌn'tɪl]['tendə(r)] .

Cook	**slowly**	**in**	**butter**	**until**	**tender**	**.**
厨师	缓慢地	在	黄油	直到	投标	.

用黄油慢煮至软嫩。

[hæv; həv] ['redi] ['krækə(r)] [krʌmz] .

Have	**ready**	**cracker**	**crumbs**	**.**
有	准备好	饼干	面包屑	.

准备好饼干碎屑。

[ðen] [pɔː(r)]['ɔɪstə(r)z] , [dʒuːs][ænd; ənd] [krʌmz] ['ɪntuː][ðə; ði] [ə'bʌv] ,

Then	**pour**	**oysters**	**,**	**juice**	**and**	**crumbs**	**into**	**the**	**above**	**,**
然后	倒	牡蛎	,	汁	和	面包屑	进入	这	多于	,

然后将牡蛎、汁液和面包屑倒入上述容器中。

[juːz] [ɪˈnʌf] ['krækə(r)] [krʌmz] [tuː; tə] [teɪk] [ʌp] [dʒuːs] [ɒv; əv] ['ɔɪstə(r)z] .

use	enough	cracker	crumbs	to	take	up	juice	of	oysters	.
使用	足够的	饼干	面包屑	到	拿	向上	汁	的	牡蛎	.

使用足够的饼干碎屑来吸收牡蛎汁。

[kʊk] ['sləʊli] [ʌn'tɪl] ['ɔɪstə(r)z] [kɜːl] .

Cook	slowly	until	oysters	curl	.
厨师	缓慢地	直到	牡蛎	卷曲	.

慢火煮至牡蛎卷曲。

[ˌeɪ diː 'diː] [liː] & ['pɛrɪnz] [sɔːs] , [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] .

Add	Lea	&	Perrins	sauce	,	salt	and	pepper	.
添加	莉亚	&	佩林斯	酱	,	盐	和	胡椒	.

加入李派林唸汁、盐和胡椒粉。

[fɪl] ([fɔːr]) [lɑːdʒ] [saɪz] ['beɪkɪŋ] [ʃelz] .

Fill	(	4	)	large	size	baking	shells	.
充满	(	4	)	大的	尺寸	烘烤	贝壳	.

将（4）个大号烤盘填满。

[spred] ['krækə(r)] [krʌmz] [ænd; ənd] ['meltɪd] ['bʌtə(r)] [ɒn] [tɒp] .

Spread	cracker	crumbs	and	melted	butter	on	top	.
传播	饼干	面包屑	和	融化	黄油	在	顶部	.

在上面撒上饼干碎和融化的黄油。

[beɪk] - [ɔː(r)] - ['mɪnɪts] .

Bake	15	or	20	minutes	.
烤	-	或者	-	分钟	.

烘烤15至20分钟。

[sɜːv] [waɪl] [hɒt] .

Serve	while	hot	.
服务	尽管	热的	.

趁热食用。

[ʃrɪmp] ['rɪgl]

SHRIMP	WRIGGLE
虾	扭动

虾蠕动

[meɪk] [ə; eɪ] [smuːð] [waɪt] [sɔːs] [wɪð] [əˈbaʊt] ½ [stɪk] [ɒv; əv] ['bʌtə(r)] ,

Make	a	smooth	white	sauce	with	about	½	stick	of	butter	,
制作	一个	光滑的	白色的	酱	和	关于	½	戳	的	黄油	,

用大约半条黄油制成顺滑的白酱。

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['flaʊə(r)] [ænd; ənd] 1½ [kʌps] [ɒv; əv] [mɪlk] [ænd; ənd] [sɔːlt] [tuː; tə] [teɪst] .

3	tablespoons	flour	and	1½	cups	of	milk	and	salt	to	taste	.
3	汤匙	面粉	和	1½	杯子	的	牛奶	和	盐	到	品尝	.

3汤匙面粉，1.5杯牛奶，适量盐。

[ˌeɪ diː 'diː] ½ [kʌp] [ɒv; əv] ['kætsəp; 'kætsʌp] , [ˌtuː'tuː] ['tiːspuːn] [mɪnst] ['pɑːsli] , ¾ [kʌp] ['faɪnli] [tʃɒpt] ['seləri] ,

Add	½	cup	of	catsup	,	2	teaspoons	minced	parsley	,	¾	cup	finely	chopped	celery	,
添加	½	杯子	的	番茄酱	,	2	茶匙	剁碎	香菜	,	¾	杯子	精细地	切碎	芹菜	,

加入半杯番茄酱、2茶匙切碎的欧芹、四分之三杯切碎的芹菜，

['tiːspuːn] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs] , [ðen] [lɒts] [ɒv; əv] [ʃrɪmp] [ðæt] [hæv; həv] [biːn] [bɔɪld] .

teaspoon	Worcestershire	sauce	,	then	lots	of	shrimp	that	have	been	boiled	.
茶匙	伍斯特郡	酱	,	然后	很多	的	虾	那	有	到过	煮沸	.

加入一茶匙伍斯特沙司，然后加入大量煮熟的虾。

[pʊt][ɪn][ˌɪndɪ'vɪdʒuəl] ['beɪkɪŋ] [kʌps][ɒn][ə; eɪ][flæt][pæn][bɪ'kəz; bɪ'kɒz]['lɪt(ə)l][kʌps][ɑː(r); ə(r)][hɑːd][tuː; tə]

Put	**in**	**individual**	**baking**	**cups**	**on**	**a**	**flat**	**pan**	**because**	**little**	**cups**	**are**	**hard**	**to**
放	在	个人	烘烤	杯子	在	一个	平坦的	平底锅	因为	小的	杯子	是	难的	到

['hænd(ə)l][ɪn][æn; ən]['ʌv(ə)n] .

handle	**in**	**an**	**oven**	**.**
处理	在	一个	烤箱	.

将面团放入单独的烘焙纸杯中，然后放在平底烤盘上，因为小纸杯在烤箱中不易操作。

[beɪk] [æt; ət] - [dɪ'griːz] [fɔː(r); fə(r)] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .

Bake	**at**	**350**	**degrees**	**for**	**20**	**to**	**25**	**minutes**	**.**
烤	在	-	学位	为了	-	到	-	分钟	.

以 350 度烘烤 20 至 25 分钟。

[bɪ'fɔː(r)][ðə; ði][lɑːst][fjuː] ['mɪnɪts] [ɒv; əv]['beɪkɪŋ] ,

Before	**the**	**last**	**few**	**minutes**	**of**	**baking**	**,**
前	这	最后的	很少	分钟	的	烘烤	,

在烘焙的最后几分钟之前，

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] ['faɪnli] [graʊnd] [bred] [krʌmz] [ænd; ənd][ə; eɪ][dæb][ɒv; əv]['bʌtə(r)][ɒn][tɒp] — [let] [braʊn]

sprinkle	**with**	**finely**	**ground**	**bread**	**crumbs**	**and**	**a**	**dab**	**of**	**butter**	**on**	**top**	**—**	**let**	**brown**
撒	和	精细地	地面	面包	面包屑	和	一个	轻拍	的	黄油	在	顶部	—	让	棕色的

. -

.	**14**

. -

撒上磨碎的面包屑，再放上一小块黄油——煎至金黄色。14

· [menz] · ['resəpɪz] ·

·	**MEN'S**	**·**	**RECIPES**	**·**
·	男士	·	食谱	·

· 男士 · 食谱 ·

[pɔːk] [tʃɒps] [ˌɔːri'ent(ə)l]

PORK	**CHOPS**	**ORIENTAL**
猪肉	排骨	东方

东方风味猪排

[sɪks] ['dʌb(ə)l] [θɪk] [pɔːk] [tʃɒps]

6	**double**	**thick**	**pork**	**chops**
6	双倍的	厚的	猪肉	排骨

6块双层厚猪排

[wʌn][kʌp] [kʊkt] [waɪt] [raɪs]

1	**cup**	**cooked**	**white**	**rice**
1	杯子	煮熟	白色的	米

杯煮熟的白米饭

½ [bel] ['pepə(r)] [slaɪst] [ɪn] [θɪn] [strɪps]

½	**bell**	**pepper**	**sliced**	**in**	**thin**	**strips**
½	钟	胡椒	切片	在	薄的	条状物

半个甜椒切成细条

½ [kʌp] [biːn] [spraʊts]

½	**cup**	**bean**	**sprouts**
½	杯子	豆	芽苗菜

半杯豆芽

¼ [kʌp] [daɪst] ['ʌnjənz]

¼	**cup**	**diced**	**onions**
¼	杯子	切丁	洋葱

¼ 杯切丁洋葱

[wʌn] [daɪst] [ˌpɪmɪˈɛntəʊ]

1	diced	pimiento
1	切丁	辣椒

1个切丁的甜椒

[θriː] [stɔːks] [daɪst] ['seləri]

3	stalks	diced	celery
3	茎	切丁	芹菜

3根芹菜切丁

[fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] [sɔɪ] [sɔːs]

4	tablespoons	soy	sauce
4	汤匙	大豆	酱

4汤匙酱油

[wʌn] [rɔː] [eg]

1	raw	egg
1	生的	蛋

1个生鸡蛋

½ ['tiːspuːn] [pə'priːkə; 'pæprɪkə]

½	teaspoon	paprika
½	茶匙	辣椒

½茶匙辣椒粉

[wʌn] [smɔːl] [kæn; kən] [stemz] [ænd; ənd] ['piːsɪz] ['mʌʃrʊmz] ([dreɪnd])

1	small	can	stems	and	pieces	mushrooms	(	drained	)
1	小的	能	茎	和	件	蘑菇	(	排水	)

1小罐蘑菇（含茎和块）（沥干水分）

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['flaʊə(r)]

1	tablespoon	flour
1	汤匙	面粉

1汤匙面粉

[wʌn] [kʌp] [kəʊld] ['tʃɪkɪn] [stɒk]

1	cup	cold	chicken	stock
1	杯子	寒冷的	鸡	库存

杯冷鸡汤

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)] [ɔː(r)] [ˌmɑːdʒə'riːn]

3	tablespoons	butter	or	margarine
3	汤匙	黄油	或者	人造黄油

3汤匙黄油或人造黄油

[sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] [tuː; tə] [teɪst]

salt	and	pepper	to	taste
盐	和	胡椒	到	品尝

盐和胡椒粉适量

[hæv; həv] ['bʊtʃə(r)] [kʌt] [sɪks] [pɔːk] [tʃɒps] ['dʌb(ə)l] [θɪk] [ænd; ənd] [meɪk] [ə; eɪ] ['pɒkɪt] [fɔː(r); fə(r)]

Have	butcher	cut	six	pork	chops	double	thick	and	make	a	pocket	for
有	屠夫	切	六	猪肉	排骨	双倍的	厚的	和	制作	一个	口袋	为了

['stʌfɪŋ] .

stuffing	.
馅	.

请肉铺老板将六块猪排切成双倍厚，并挖出一个口袋用来填馅。

[ɪn] [ə; eɪ] ['skɪlɪt] ['səʊteɪ] ['ʌnjənz] , [bel] ['pepəz] , ['seləri] , [biːn] [spraʊts] ,

In	a	skillet	sauté	onions	,	bell	peppers	,	celery	,	bean	sprouts	,
在	一个	煎锅	炒	洋葱	,	钟	辣椒	,	芹菜	,	豆	芽苗菜	,

在煎锅中翻炒洋葱、甜椒、芹菜、豆芽，

[ˌpɪmɪ'ɛntəʊ][ænd; ənd] ['mʌʃrʊmz] [ɪn] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn] [ʌn'tɪl] ['ʌnjənz] [bɪ'kʌm]

pimiento	**and**	**mushrooms**	**in**	**two**	**tablespoons**	**butter**	**or**	**margarine**	**until**	**onions**	**become**
辣椒	和	蘑菇	在	二	汤匙	黄油	或者	人造黄油	直到	洋葱	变得

[træns'pærənt][bʌt; bət][nɒt] [braʊn] .

transparent	**but**	**not**	**brown**	**.**
透明的	但	不是	棕色的	.

用两汤匙黄油或人造黄油将甜椒和蘑菇炒至洋葱变透明但不变成褐色。

[muːv] [ɪn'griːdiənts] [tuː; tə][saɪd][ɒv; əv] ['skɪlɪt] [ænd; ənd][ɪn]['sentə(r)] [pleɪs] [ðə; ðiː] [kʊkt] [waɪt] [raɪs]

Move	**ingredients**	**to**	**side**	**of**	**skillet**	**and**	**in**	**center**	**place**	**the**	**cooked**	**white**	**rice**
移动	原料	到	边	的	煎锅	和	在	中心	地方	这	煮熟	白色的	米

[ænd; ənd] [meɪk] [ə; eɪ][vɒl'keɪnəʊ][tuː; tə][ðə; ðiː] ['bɒtəm] [ɒv; əv] ['skɪlɪt] .

and	**make**	**a**	**volcano**	**to**	**the**	**bottom**	**of**	**skillet**	**.**
和	制作	一个	火山	到	这	底部	的	煎锅	.

将食材移至煎锅一侧，在煎锅中央放入煮熟的白米饭，堆成火山状直至煎锅底部。

[ɪn][vɒl'keɪnəʊ][ˌeɪ diː 'diː][wʌn] ['teɪblspuːn] ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn][ænd; ənd] [wen] ['meltɪd] [pleɪs] [həʊl]

In	**volcano**	**add**	**one**	**tablespoon**	**butter**	**or**	**margarine**	**and**	**when**	**melted**	**place**	**whole**
在	火山	添加	一	汤匙	黄油	或者	人造黄油	和	什么时候	融化	地方	所有的

[rɔː] [eg] [ænd; ənd] [wen] [eg] [hæz; həz][set][ˌeɪ diː 'diː][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [sɔɪ] [sɔːs] ,

raw	**egg**	**and**	**when**	**egg**	**has**	**set**	**add**	**2**	**tablespoons**	**soy**	**sauce**	**,**
生的	蛋	和	什么时候	蛋	有	放	添加	2	汤匙	大豆	酱	,

在火山形平底锅中加入一汤匙黄油或人造黄油，融化后放入一个生鸡蛋，待鸡蛋凝固后加入两汤匙酱油。

[ðə; ðiː][pə'priːkə; 'pæprɪkə] ,

the	**paprika**	**,**
这	辣椒	,

辣椒粉

[ænd; ənd]['dʒentli][stɜː(r)][ʌn'tɪl] [ɔːl] [ɪn'griːdiənts] [ɑː(r); ə(r)] [wel] [mɪkst] [ænd; ənd] [eg] [ɪz] [dʌn] [ænd; ənd]

and	**gently**	**stir**	**until**	**all**	**ingredients**	**are**	**well**	**mixed**	**and**	**egg**	**is**	**done**	**and**
和	轻轻地	搅拌	直到	全部	原料	是	出色地	混合	和	蛋	是	完毕	和

[dɪ'strɪbjuːtɪd; 'dɪstrɪbjuːtɪd] [θruː'aʊt] .

distributed	**throughout**	**.**
分布式	自始至终	.

轻轻搅拌，直到所有食材充分混合，鸡蛋完全凝固并均匀分布。

[ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][tuː; tə] [teɪst] .

Add	**salt**	**and**	**pepper**	**to**	**taste**	**.**
添加	盐	和	胡椒	到	品尝	.

根据口味加入盐和胡椒粉。

[stʌf] [pɔːk] [tʃɒps] [wɪð] ['mɪkstʃə(r)] ,

Stuff	**pork**	**chops**	**with**	**mixture**	**,**
东西	猪肉	排骨	和	混合物	,

将混合物填入猪排中，

[pleɪs] [ɪn][ə; eɪ] ['ʃæləʊ] ['beɪkɪŋ] [pæn][ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl] [tʃɒps] [ɑː(r); ə(r)] [dʌn]

place	**in**	**a**	**shallow**	**baking**	**pan**	**and**	**bake**	**in**	**moderate**	**oven**	**until**	**chops**	**are**	**done**
地方	在	一个	浅的	烘烤	平底锅	和	烤	在	缓和	烤箱	直到	排骨	是	完毕

[ænd; ənd] [wel] [braʊn] .

and	**well**	**browned**	**.**
和	出色地	棕色	.

将肉排放入浅烤盘中，用中等温度的烤箱烘烤，直到肉排熟透并呈金黄色。

[rɪ'muːv] [tʃɒps] [frɒm; frəm][pæn][ænd; ənd][pɔː(r)] [ɒf] [ɔːl] [griːs] .

Remove	**chops**	**from**	**pan**	**and**	**pour**	**off**	**all**	**grease**	**.**
消除	排骨	从	平底锅	和	倒	离开	全部	润滑脂	.

将肉排从锅中取出，倒掉所有油脂。

[tuː; tə][ðə; ði] [rɪ'meɪnɪŋ] [braʊn] ['drɪpɪŋ] [ˌeɪ diː 'diː][wʌn] ['teɪblspuːn] ['flaʊə(r)] [dɪ'zɒlvd] [ɪn][wʌn][kʌp]

To	the	remaining	brown	drippings	add	1	tablespoon	flour	dissolved	in	1	cup
到	这	其余的	棕色的	滴落物	添加	1	汤匙	面粉	溶解	在	1	杯子

['tʃɪkɪn] [stɒk] [ænd; ənd][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [sɔɪ] [sɔːs] [ænd; ənd][stɜː(r)] [ʌn'tɪl] [sɔːs] ['θikən] .

chicken	stock	and	2	tablespoons	soy	sauce	and	stir	until	sauce	thickens	.
鸡	库存	和	2	汤匙	大豆	酱	和	搅拌	直到	酱	增厚	.

将剩余的棕色油脂加入 1 汤匙溶于 1 杯鸡汤中的面粉和 2 汤匙酱油，搅拌至酱汁变稠。

[ɒn] ['sɜːvɪŋ] [spuːn] [sɔːs] ['əʊvə(r)] [tʃɒps] .

On	serving	spoon	sauce	over	chops	.
在	服务	勺子	酱	超过	排骨	.

上菜时，将酱汁淋在猪排上。

[sɜːrvz] [sɪks] .

Serves	6	.
服务	6	.

可供 6 人食用。

['teɪtə(r)] [dɒg]

TATER	DOG
土豆	狗

土豆狗

[kʌt] [æn; ən]['aɪdəhəʊ][pə'teɪtəʊ][ə'baʊt][faɪv] ['ɪntʃɪz] [lɒŋ] [ɪn][hɑːf] .

Cut	an	Idaho	potato	about	5	inches	long	in	half	.
切	一个	爱达荷州	土豆	关于	5	英寸	长的	在	一半	.

将一个约 5 英寸长的爱达荷土豆切成两半。

[wɪð] [ə; eɪ] [spuːn] [skreɪp] [aʊt][ðə; ði]['sentə(r)][ɒv; əv][bəuθ] [hɑːvz] , [ɪ'nʌf] [tuː; tə][həʊld][ə; eɪ]['wiːnə(r)]

With	a	spoon	scrape	out	the	center	of	both	halves	,	enough	to	hold	a	wiener
和	一个	勺子	刮	出去	这	中心	的	两个都	一半	,	足够的	到	抓住	一个	维也纳香肠

.

:

.

用勺子挖出两半饼中间的瓤，足够夹住一根香肠。

[ɪn'sɜːt] [ðə; ði]['wiːnə(r)][ɪn][ðə; ði]['kævəti] , [spred] [wɪð] [ˌmɑːdʒə'riːn] ,

Insert	the	wiener	in	the	cavity	,	spread	with	margarine	,
插入	这	维也纳香肠	在	这	空腔	,	传播	和	人造黄油	,

将香肠插入涂抹了人造黄油的空腔中，

[ə; eɪ] [dæʃ] [ɒv; əv][sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][ænd; ənd] ['tʃɪli] [sɔːs] .

a	dash	of	salt	and	pepper	and	chili	sauce	.
一个	短跑	的	盐	和	胡椒	和	辣椒	酱	.

少许盐、胡椒粉和辣椒酱。

[bʌt] [ðə; ði][pə'teɪtəʊ][tə'geðə(r)] , [juːz][ˌtuː'tuː] ['tuːθˌpɪks] [tuː; tə][həʊld] .

Butt	the	potato	together	,	use	2	toothpicks	to	hold	.
屁股	这	土豆	一起	,	使用	2	牙签	到	抓住	.

将土豆对接起来，用两根牙签固定。

[griːs] [ˌaʊt'saɪd] ['lɪbərəli] [wɪð] ['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn] .

Grease	outside	liberally	with	butter	or	margarine	.
润滑脂	外部	慷慨地	和	黄油	或者	人造黄油	.

在外表面涂抹足量的黄油或人造黄油。

[pʊt]['ɪntuː]['ʌv(ə)n] , [beɪk] [ʌn'tɪl][pə'teɪtəʊ][ɪz] [wel] [beɪkt] .

Put	into	oven	,	bake	until	potato	is	well	baked	.
放	进入	烤箱	,	烤	直到	土豆	是	出色地	烘焙	.

放入烤箱，烤至土豆完全熟透。

[wɪð] ['sɜːvɪŋ] [ɒv; əv] [kəʊl] [slɔː] [ɔː(r)]['sɪmələ(r)]['sæləd] , [ðɪs] [wɪl] [biː; bi] [ə; eɪ] [məʊst] ['æpɪtaɪzɪŋ] [miːl]

With	**serving**	**of**	**cole**	**slaw**	**or**	**similar**	**salad**	**,**	**this**	**will**	**be**	**a**	**most**	**appetizing**	**meal**
和	服务	的	油菜	凉拌卷心菜	或者	相似的	沙拉	,	这	将要	是	一个	最多	令人垂涎的	一顿饭

.

:

.

配上凉拌卷心菜或类似的沙拉，这将是一顿非常美味的餐点。

[taɪm] - ['seɪvə(r)] ['dɪnə(r)]

TIME	**-**	**SAVER**	**DINNER**
时间	-	省钱	晚餐

省时晚餐

[wʌn] [paʊnd] ['hæmbɜːgə(r)] [miːt]

1	**pound**	**hamburger**	**meat**
1	磅	汉堡包	肉

1磅汉堡肉

[wʌn] [kləʊv] ['gɑːlɪk] , [tʃɒpt] [faɪn]

1	**clove**	**garlic**	**,**	**chopped**	**fine**
1	丁香	蒜	,	切碎	美好的

1瓣蒜，切碎

[wʌn] [smɔːl] ['ʌnjən] , [tʃɒpt] [faɪn]

1	**small**	**onion**	**,**	**chopped**	**fine**
1	小的	洋葱	,	切碎	美好的

1个小洋葱，切碎

½ [smɔːl] [bel] ['pepə(r)] , [tʃɒpt] [faɪn]

½	**small**	**bell**	**pepper**	**,**	**chopped**	**fine**
½	小的	钟	胡椒	,	切碎	美好的

半个小甜椒，切碎

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt]

½	**teaspoon**	**salt**
½	茶匙	盐

½茶匙盐

¼ ['tiːspuːn] [blæk] ['pepə(r)]

¼	**teaspoon**	**black**	**pepper**
¼	茶匙	黑色的	胡椒

¼茶匙黑胡椒

[wʌn][kæn; kən][tə'mɑːtəʊz]

1	**can**	**tomatoes**
1	能	西红柿

1罐番茄

[wʌn][kæn; kən][tə'mɑːtəʊ] [sɔːs]

1	**can**	**tomato**	**sauce**
1	能	番茄	酱

1罐番茄酱

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [tə'mɑːtəʊ]['kætsəp; 'kætsʌp]

3	**tablespoons**	**tomato**	**catsup**
3	汤匙	番茄	番茄酱

3汤匙番茄酱

¼ ['tiːspuːn] [hɒt] [sɔːs]

¼	**teaspoon**	**hot**	**sauce**
¼	茶匙	热的	酱

¼茶匙辣椒酱

¼ ['tiːspuːn] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs]
¼ teaspoon Worcestershire sauce
¼ 茶匙 伍斯特郡 酱

¼茶匙伍斯特沙司

[ˌtuː'tuː] [kʌps] ['wɔːtə(r)]
2 cups water
2 杯子 水

杯水

[mɪks][sɔːlt] , ['pepə(r)] , ['ʌnjən] , ['gɑːlɪk][ænd; ənd] [bel] ['pepə(r)] .
Mix salt , pepper , onion , garlic and bell pepper .
混合 盐 , 胡椒 , 洋葱 , 蒜 和 钟 胡椒 .

将盐、胡椒粉、洋葱、大蒜和甜椒混合。

[dreɪn] [tə'mɑːtəʊz][ænd; ənd] [mæʃ] [ðem; ðəm] , ['seɪvɪŋ] [dʒuːs] .
Drain tomatoes and mash them , saving juice .
流走 西红柿 和 捣碎 他们 , 保存 汁 .

将番茄沥干水分并捣成泥，保留汁水。

[ˌeɪ diː 'diː][ɔːl] [ðɪs] [tuː; tə] [miːt] [ænd; ənd][mɪks] [wel] .
Add all this to meat and mix well .
添加 全部 这 到 肉 和 混合 出色地 .

将所有这些食材加入肉中，搅拌均匀。

[teɪk] [tə'mɑːtəʊ][dʒuːs][ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][tə'mɑːtəʊ] [sɔːs] , [hɒt] [sɔːs] , ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs]
Take tomato juice and add tomato sauce , hot sauce , Worcestershire sauce
拿 番茄 汁 和 添加 番茄 酱 , 热的 酱 , 伍斯特郡 酱
[tə'geðə(r)] .
together .
一起 .

将番茄汁与番茄酱、辣椒酱和伍斯特沙司混合在一起。

[pʊt] [ðɪs] [wɪð] ['wɔːtə(r)][ænd; ənd][pɔː(r)]['əʊvə(r)] [miːt] [ləʊf] .
Put this with water and pour over meat loaf .
放 这 和 水 和 倒 超过 肉 面包 .

将此混合物与水混合，然后浇在肉饼上。

[pʊt][tə'mɑːtəʊ]['kætsəp; 'kætsʌp]['əʊvə(r)][tɒp][ɒv; əv] [miːt] [ləʊf] .
Put tomato catsup over top of meat loaf .
放 番茄 番茄酱 超过 顶部 的 肉 面包 .

在肉饼上淋上番茄酱。

[piːl] [tuː] ['miːdiəm] [saɪz][pə'teɪtəʊz] .
Peel two medium size potatoes .
果皮 二 中等的 尺寸 土豆 .

将两个中等大小的土豆削皮。

[kʌt] [ɪn] ['kwɔːtəz] [ænd; ənd][pʊt] [ə'raʊnd] [miːt] [ləʊf] .
Cut in quarters and put around meat loaf .
切 在 四分之一 和 放 大约 肉 面包 .

切成四份，放在肉饼周围。

[beɪk] [ɪn] - [dɪ'griːz] ['ʌv(ə)n][fɔː(r); fə(r)] 1½ ['aʊəz] .
Bake in 450 degrees oven for 1½ hours .
烤 在 - 学位 烤箱 为了 1½ 小时 .

在 450 度烤箱中烘烤 1.5 小时。

['gɑːlɪk] ['speərɪbz]
GARLIC SPARERIBS
蒜 排骨

蒜蓉排骨

[sɪks] [paʊndz] ['speərɪbz]
6 **pounds** **spareribs**
6 磅 排骨

6磅排骨

[fɔːr] [lɑːdʒ] [kləʊvz] ['gɑːlɪk]
4 **large** **cloves** **garlic**
4 大的 丁香 蒜

4瓣大蒜

[wʌn] ['teɪblspuːn] [sɔːlt]
1 **tablespoon** **salt**
1 汤匙 盐

1汤匙盐

[wʌn] [kʌp] ['tʃɪkɪn] [stɒk] [ɔː(r)] ['kɒnsəmeɪ]
1 **cup** **chicken** **stock** **or** **consomme**
1 杯子 鸡 库存 或者 清汤

杯鸡汤或鸡清汤

[wʌn] [kʌp] ['ɒrɪndʒ] ['mɑːməleɪd]
1 **cup** **orange** **marmalade**
1 杯子 橙子 果酱

杯橙子果酱

¼ [kʌp] ['vɪnɪgə(r)]
¼ **cup** **vinegar**
¼ 杯子 醋

¼ 杯醋

¼ [kʌp] ['ketʃəp]
¼ **cup** **ketchup**
¼ 杯子 番茄酱

¼ 杯番茄酱

['fɪgə(r)] [æt; ət] [liːst] [wʌn] [paʊnd] ['speərɪbz] [pə(r)] ['pɜːs(ə)n] .
Figure **at** **least** **1** **pound** **spareribs** **per** **person** **.**
数字 在 至少 1 磅 排骨 每 人 .

每人至少需要1磅排骨。

[liːv] [saɪdz] [həʊl] [səʊ] [ðeɪ] [kæn; kən] [biː; bi] ['θredɪd] [ɒn] [ə; eɪ] [spɪt] ['leɪtə(r)] .
Leave **sides** **whole** **so** **they** **can** **be** **threaded** **on** **a** **spit** **later** **.**
离开 侧面 所有的 所以 他们 能 是 螺纹 在 一个 吐 之后 .

将肉块完整保留，以便之后串在烤肉叉上烤制。

[krʌʃ] ['gɑːlɪk] [wɪð] [sɔːlt] .
Crush **garlic** **with** **salt** **.**
压碎 蒜 和 盐 .

将蒜瓣和盐一起捣碎。

[ˌeɪ diː 'diː] ['tʃɪkɪn] [stɒk] [ɔː(r)] ['kɒnsəmeɪ] [wɪð] ['mɑːməleɪd] , ['vɪnɪgə(r)] [ænd; ənd] ['ketʃəp] .
Add **chicken** **stock** **or** **consomme** **with** **marmalade** **,** **vinegar** **and** **ketchup** **.**
添加 鸡 库存 或者 清汤 和 果酱 , 醋 和 番茄酱 .

加入鸡汤或清汤，以及橘子酱、醋和番茄酱。

['mærɪneɪt] [rɪbz] [æt; ət] [liːst] - ['aʊəz] [ɪn] ['gɑːlɪk] [ˌmærɪ'neɪd] , ['tɜːnɪŋ] ['sevrəl] [taɪmz] .
Marinate **ribs** **at** **least** **12** **hours** **in** **garlic** **marinade** **,** **turning** **several** **times** **.**
腌制 肋骨 在 至少 - 小时 在 蒜 腌料 , 转弯 一些 时代 .

将排骨用蒜蓉腌料腌制至少 12 小时，期间翻面几次。

[wiːv] [ðə; ði] [həʊl] [strɪps] [ɒn] [spɪt] [ænd; ənd] [kʊk] ['sləʊli] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [kəʊl] [fɔː(r); fə(r)] [wʌn] [tuː; tə]

Weave	**the**	**whole**	**strips**	**on**	**spit**	**and**	**cook**	**slowly**	**over**	**low**	**coals**	**for**	**1**	**to**
编织	这	所有的	条状物	在	吐	和	厨师	缓慢地	超过	低的	煤炭	为了	1	到

1½ ['aʊəz] [ɔː(r)] [ʌn'tɪl] ['ʃaɪni] [braʊn] [ænd; ənd] [fɔːk] ['tendə(r)] .

1½	**hours**	**or**	**until**	**shiny**	**brown**	**and**	**fork**	**tender**	**.**
1½	小时	或者	直到	闪亮的	棕色的	和	叉	投标	.

将整条肉串在烤肉叉上，用小火慢烤 1 到 1.5 小时，或直至表面呈亮棕色且用叉子能轻松戳透。

[beɪst] [wɪð] [ðə; ði] [ˌmærɪ'neɪd] ['djʊərɪŋ] [ðə; ði] ['kʊkɪŋ] .

Baste	**with**	**the**	**marinade**	**during**	**the**	**cooking**	**.**
绷	和	这	腌料	期间	这	烹饪	.

烹饪过程中要不断刷上腌料。

[ɔː(r)] [ɪf] [prɪ'fɜːd] , [beɪk] [rɪbz] [ɪn] [sləʊ] ['ʌv(ə)n] (- [dɪ'griːz] [ef] .) [fɔː(r); fə(r)] [ˌtuː'tuː] ['aʊəz] .

Or	**if**	**preferred**	**,**	**bake**	**ribs**	**in**	**slow**	**oven**	**(**	**300**	**degrees**	**F**	**.**	**)**	**for**	**2**	**hours**	**.**
或者	如果	首选	,	烤	肋骨	在	慢的	烤箱	(	-	学位	F	.	)	为了	2	小时	.

或者，如果喜欢，也可以用低温烤箱（300华氏度）烤排骨2小时。

[beɪst] ['ɒf(ə)n] .

Baste	**often**	**.**
绷	经常	.

经常涂抹酱汁。

[kidz]
KIDS
孩子们

孩子们

- [dɪ'laɪt]

'	**DELIGHT**
-	喜

'喜

[prɪ'peə(r)] [wʌn] ['resəpi] [fɔː(r); fə(r)] ['bɪskɪt] [dəʊ] .

Prepare	**one**	**recipe**	**for**	**biscuit**	**dough**	**.**
准备	一	食谱	为了	饼干	面团	.

准备一份饼干面团配方。

[rəʊl] [aʊt] [θɪn] , [kʌt] [ɪn] [θriː] ['piːsɪz] .

Roll	**out**	**thin**	**,**	**cut**	**in**	**three**	**pieces**	**.**
卷	出去	薄的	,	切	在	三	件	.

擀成薄片，切成三块。

[spred] [wʌn] [piːs] [wɪð] ['æp(ə)l] ['dʒeli] [ænd; ənd] ['piːnʌt] ['bʌtə(r)] .

Spread	**one**	**piece**	**with**	**apple**	**jelly**	**and**	**peanut**	**butter**	**.**
传播	一	片	和	苹果	果冻	和	花生	黄油	.

在一块蛋糕上涂抹苹果果酱和花生酱。

[spred] [wʌn] [piːs] [wɪð] [stjuːd] ['æplz] [ænd; ənd] ['greɪtɪd] [tʃiːz] .

Spread	**one**	**piece**	**with**	**stewed**	**apples**	**and**	**grated**	**cheese**	**.**
传播	一	片	和	炖	苹果	和	磨碎的	奶酪	.

在一块面包上抹上炖苹果和磨碎的奶酪。

[spred] [wʌn] [piːs] [wɪð] [fɪg] [prɪ'zɜːvz] .

Spread	**one**	**piece**	**with**	**fig**	**preserves**	**.**
传播	一	片	和	如图	果酱	.

在一块面包上涂抹无花果酱。

[rəʊl] [iːtʃ] [piːs] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['slendə(r)] [rəʊl] .

Roll	**each**	**piece**	**into**	**a**	**slender**	**roll**	**.**
卷	每个	片	进入	一个	苗条	卷	.

将每一块面团卷成细长的卷。

[slaɪs] ['ɪntuː][wʌn] - [ɪntʃ] ['θɪknəs] .
Slice into 1 - inch thickness .
片 进入 1 - 英寸 厚度 .

切成1英寸厚的片。

[pleɪs] [ɒn] [griːzd] [pæn] , [beɪk] - ['mɪnɪts] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] . -
Place on greased pan , bake 12 minutes in moderate oven . 15
地方 在 涂油 平底锅 , 烤 - 分钟 在 缓和 烤箱 . -

放在抹了油的烤盘上，放入中等温度的烤箱烘烤12分钟。15

[ə'merɪkən] ['næʃ(ə)nəl]
American National
美国人 国家的

美国国民

[ɪn'ʃʊərəns] ['kʌmpəni]
INSURANCE COMPANY
保险 公司

保险公司

[laɪf] [həʊm] ['ɒfɪs] : ['gælvəstən] , ['teksəs] [helθ]
LIFE HOME OFFICE : GALVESTON , TEXAS HEALTH
生活 家 办公室 : 加尔维斯顿 , 德克萨斯州 健康

LIFE 家庭办公室：德克萨斯州加尔维斯顿 健康

[ðə; ði] ['liːdə(r)] [ɪn][ðə; ði] ['bɪznəs] [ɒv; əv] [kriː'eɪtɪŋ] [ðə; ði]['fjuːtʃə(r)]
The Leader in the Business of Creating the Future
这 领导者 在 这 商业 的 创建 这 未来

引领未来商业发展的领导者

[prɪ'zentɪd] [baɪ]
PRESENTED BY
呈现 经过

由.....呈现

[ˌreprɪ'zentɪŋ]
REPRESENTING
代表

代表

[ə'merɪkən] ['næʃ(ə)nəl] [ɪn'ʃʊərəns] ['kʌmpəni]
AMERICAN NATIONAL INSURANCE COMPANY
美国人 国家的 保险 公司

美国国民保险公司

['gælvəstən] , TEXAS11 - -
GALVESTON , TEXAS11 - 1961
加尔维斯顿 , TEXAS11 - -

德克萨斯州加尔维斯顿，1961年11月

[-] [nəʊts]
Transcriber's Notes
转录员的 笔记

转录者注释

['saɪləntli] [kə'rektɪd] [ə; eɪ] [fjuː] ['taipəus] .
Silently corrected a few typos .
默默 已更正 一个 很少 拼写错误 .

默默地改正了几处拼写错误。

[rɪ'teɪnd] [ˌpʌblɪ'keɪʃn] [ˌɪnfə'meɪʃ(ə)n] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['prɪntɪd] [ɪ'dɪʃ(ə)n] : [ðɪs] ['i:buk] [ɪz]['pʌblɪk] -

Retained	**publication**	**information**	**from**	**the**	**printed**	**edition**	**:**	**this**	**eBook**	**is**	**public**	**-**
保留	发布	信息	从	这	打印	版	:	这	电子书	是	民众	-

[də'meɪn][ɪn][ðə; ði] ['kʌntri] [ɒv; əv] [ˌpʌblɪ'keɪʃn] .

domain	**in**	**the**	**country**	**of**	**publication**	**.**
领域	在	这	国家	的	发布	.

保留了印刷版中的出版信息：本电子书在出版国属于公共领域。

['ædɪd] [ɪk'splænət(ə)ri][tekst] { [ɪn] ['brækɪts] } [fɔ:(r); fə(r)][ˌʌnfə'mɪliə(r)][brænd] [nems] .

Added	**explanatory**	**text**	**{**	**in**	**brackets**	**}**	**for**	**unfamiliar**	**brand**	**names**	**.**
额外	解释性	文本	{	在	括号	}	为了	陌生	品牌	姓名	.

对于不熟悉的品牌名称，添加了解释性文字（用括号括起来）。

[ɪn][ðə; ði][tekst] ['vɜ:ʃ(ə)nz] ['əʊnli] , [tekst][ɪn][ɪ'tælɪks][ɪz] [di:'lɪmɪtɪd] [baɪ] _ [ˌʌndə'skɔ:z] _ .

In	**the**	**text**	**versions**	**only**	**,**	**text**	**in**	**italics**	**is**	**delimited**	**by**	**_**	**underscores**	**_**	**.**
在	这	文本	版本	仅有的	,	文本	在	斜体	是	分隔符	经过	_	下划线	_	.

仅在文本版本中，斜体文本用下划线分隔。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷
开口如有神